

# **SOBREVIVIR A LA VIOLENCIA DE GÉNERO: EL CAMINO DE LA MUJER HACIA LA RECUPERACIÓN DEL MALTRATO**

---

**Trabajo de Fin de Grado**

**Modalidad 1: Revisión Bibliográfica**

**Alumna: Cristina López Quijano**

**Tutora: Violeta Luque Ribelles**



**Grado en Psicología**

**Facultad de Ciencias de la Educación**

**Curso 2018-2019**

### Resumen

La salida de la violencia de género (VG) es un proceso largo y difícil que requiere de una gran fortaleza por parte de las mujeres. Esta revisión bibliográfica pretende reflejar cómo es el proceso de salida y recuperación de las supervivientes de violencia de género, a través de los siguientes objetivos: (1) identificar los principales factores psicosociales que inciden en la salida de la mujer de VG; (2) describir las fases que atraviesa la mujer desde la experiencia de la VG hasta su fortalecimiento; (3) identificar las intervenciones psicológicas para la recuperación de las mujeres víctimas de VG. Se han localizado 14 publicaciones que respondían a los objetivos planteados y cumplían los criterios de inclusión. Entre los resultados obtenidos se observa que la falta de apoyo social e institucional o la interiorización de los mandatos de género dificultan el proceso. Por el contrario, el cuestionamiento de las creencias tradicionales o el acceso a servicios y recursos facilitan la salida y la recuperación de las mujeres. En general, el proceso de recuperación se ha descrito como un conjunto de etapas que abarcan desde la ausencia de reconocimiento del maltrato hasta una reconstrucción de la identidad de las supervivientes dirigida a la autonomía y el empoderamiento. Asimismo, se han encontrado intervenciones psicológicas, en su mayoría de carácter grupal, para la recuperación de las mujeres. Esta revisión ha permitido mostrar cómo las mujeres deben desempeñar un papel activo en su propia recuperación, que se ve facilitada y obstaculizada por distintos factores. Como propuestas futuras, se sugiere indagar más sobre el momento posterior a la ruptura de la relación y sobre el proceso de deconstrucción de la identidad de género. Además, se propone el desarrollo de intervenciones con una perspectiva de género para facilitar a las mujeres su proceso de recuperación.

**Palabras clave:** violencia de género, mujeres, salida, recuperación, identidad.

**Abstract**

Leaving process in gender violence (GV) is a long and difficult process that requires a lot of women strength. This literature review aims to describe the leaving and recovery process of the gender violence survivors, through the following objectives: (1) identify the main psychosocial factors that affect the woman leaving process in GV; (2) describe the phases that woman goes through from the beginning of the violence to her strengthening; (3) identify the psychological interventions to facilitate gender violence victims recovery. It has been found a total of 14 publications wich answer to established objectives and meet the inclusion criteria. The results show that the lack of social and institutional support and the internalization of the traditional gender roles hinder this process. In contrast, the questioning of the traditional beliefs or the acces to services and resources facilitate it. Most of the publications describe the recovery process as a group of phases that go from the denial of the violence to the reconstruction of survivors identity, in direction to autonomy and empowerment. As well, psychological interventions for the women recovery, most of them in group format, have been found. This review has allowed for demostrating how women must take an active role on their recovery, wich can be facilitated and hindered by different factors. Looking into the future, it is suggested to deep on the time after the relationship breakup, as well as on the identity reconstruction process. Additionally, the development of interventions with gender perspective is suggested to facilitate the women recovery process.

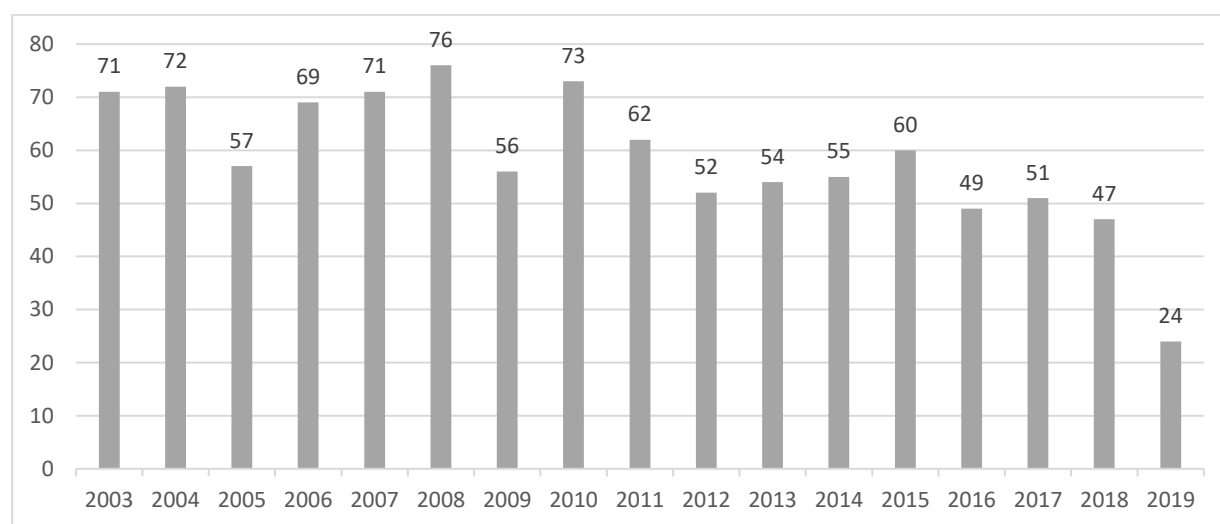
**Key words:** gender violence, women, leaving process, recovery process, identity.

**Índice**

Resumen .....	2
Índice .....	4
Concepto de Violencia de Género.....	6
Bases de la Violencia de Género .....	7
Manifestaciones de la Violencia de Género .....	9
Consecuencias de la Violencia de Género en la mujer.....	10
La salida de la situación de maltrato: un proceso complejo.....	12
Teoría de la indefensión aprendida aplicada a la violencia de género (Walker, 1979) .....	12
Teoría del Ciclo de la Violencia (Walker, 1979).....	13
Síndrome de Estocolmo Doméstico (Montero, 1999) .....	14
Pregunta de investigación y objetivos .....	16
Metodología .....	16
Estrategia de búsqueda .....	16
Criterios de inclusión y exclusión .....	17
Procedimiento de análisis .....	19
Resultados .....	20
Discusión.....	27
Conclusiones .....	29
Referencias bibliográficas .....	32
Anexos.....	37
Anexo 1. Análisis de publicaciones para Objetivo 1: Identificar los principales factores psicosociales que inciden en la salida de la mujer de la VG. ....	37
Anexo 2. Análisis de publicaciones para el Objetivo 2: Describir las fases que atraviesa la mujer desde la experiencia de VG hasta su fortalecimiento.....	44
Anexo 3. Análisis de publicaciones para el Objetivo 3: Identificar las intervenciones psicológicas para la recuperación de las mujeres víctimas de VG. ....	47

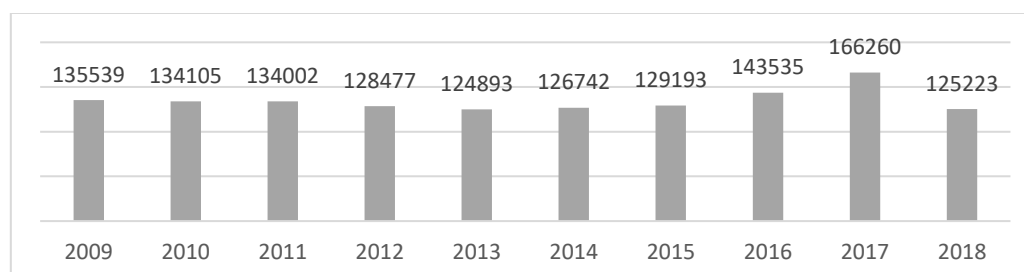
El número de víctimas mortales por Violencia de Género (VG) en España desde el inicio de las estadísticas en el año 2003, hasta el momento es de 999 mujeres, según datos oficiales del Ministerio de Sanidad, Servicios Sociales e Igualdad (2019) (ver Figura 1).<sup>1</sup>

Desde el inicio del 2019, al menos 24 mujeres han sido asesinadas por sus parejas o exparejas en España, dejando huérfanos y huérfanas a catorce menores. De ellas, tres habían presentado denuncia hacia su agresor (Ministerio de Sanidad, Servicios Sociales e Igualdad, 2019).



*Figura 1.* Evolución del número de víctimas mortales de VG en España desde Enero de 2003 hasta 12 de Junio de 2019 (Fuente: Ministerio de Sanidad, Servicios Sociales e Igualdad, 2019).

El año 2018 finalizó con 125223 denuncias por VG en España, lo que supone una disminución respecto al año anterior, en el que se registraron un total de 166260 (ver Figura 2). Sin embargo, según los datos recabados en la Macroencuesta de Violencia contra la Mujer (2015), al menos un 65% de las mujeres víctimas de VG no informaron de su situación, por lo que los datos oficiales difieren en cierta medida de la auténtica realidad de la VG en nuestro país.



*Figura 2.* Número de denuncias por VG en España desde el 2009 al 2018 (Fuente: Ministerio de Sanidad, Servicios Sociales e Igualdad, 2019)

<sup>1</sup> Las cifras fueron recuperadas a fecha del 12/06/2019.

Denunciar la situación de VG forma parte del proceso de abandono de la relación violenta, según autoras como Cala (2011). Sin embargo, las mujeres deben superar numerosas barreras para denunciar a su agresor, como el desconocimiento del sistema penal, la desconfianza en el sistema judicial, las presiones familiares y sociales o los mandatos de género recibidos (Trigo, Sala y Calderón, 2012). Además, denunciar al agresor puede tener consecuencias sobre el comportamiento de éste (Delegación del Gobierno para la Violencia de Género, 2015). De esta forma, los resultados de la Macroencuesta de Violencia contra la Mujer (2015) muestran que en un 36% de los casos el hombre continuó ejerciendo violencia tras la denuncia, mientras que, en un 28,3% de los casos, su comportamiento se volvió más violento.

### **Concepto de Violencia de Género**

Desde la Asamblea General de la Organización de las Naciones Unidas (ONU), se define la VG como: “todo acto de violencia basado en el género que tiene como resultado posible o real un daño físico, sexual o psicológico, incluidas las amenazas, la coerción o la privación arbitraria de libertad, ya sea que ocurra en la vida pública o en la vida privada” (Resolución 48/104, 20 de diciembre de 1993).

A nivel estatal, la Ley Orgánica 1/2004, de 28 de diciembre, de Medidas de Protección Integral contra la Violencia de Género, considera como VG aquella que se ejerce contra las mujeres por parte de sus parejas o exparejas, como consecuencia de una cultura machista y de las relaciones desiguales de poder de los hombres sobre las mujeres.

A nivel autonómico, la Ley Andaluza 7/2018, de 30 de julio, por la que se modifica la Ley Andaluza 13/2007, de 26 de noviembre, de Medidas de Prevención y Protección Integral contra la Violencia de Género, considera la VG como toda violencia que se ejerce sobre las mujeres por el mero hecho de serlo, y amplía el concepto de VG a las siguientes formas de violencia: el feminicidio, las agresiones sexuales, el acoso sexual, el acoso por razón de sexo, la violencia contra los derechos sexuales y reproductivos de las mujeres, la trata, la explotación sexual, la ablación femenina, el matrimonio precoz o forzado o cualquier forma de violencia que atente contra la dignidad, la integridad o la libertad de la víctima.

De este modo, las definiciones anteriormente aportadas, resaltan que la VG se trata de un fenómeno social de carácter estructural, dejando así de entenderla como un problema individual que ocurre en el ámbito privado y que pertenece a la intimidad de la pareja (Ferrer, 2010).

## Bases de la Violencia de Género

Las bases de la VG se exponen en función de distintas teorías: los modelos unicausales, las teorías socioculturales y las teorías ecológicas.

Según se indica en la revisión realizada por Bosch et al. (2007), los primeros modelos explicativos del fenómeno de la VG eran unicausales y recurrían a factores individuales del agresor o de la víctima para tratar de explicar las causas del mismo. Así, tal como se recoge en los trabajos de Expósito (2011) y Sepúlveda (2005), esos primeros modelos explicativos aludían a factores relativos al agresor como: alteraciones de la personalidad, disposiciones biológicas, consumo abusivo de alcohol o de drogas, experiencias violentas tempranas y estrés familiar o social. Por otro lado, recurrían a explicaciones basadas en la víctima, como: un componente masoquista en la mujer, dependencia emocional, baja autoestima o actitudes tradicionales.

La revisión de Sepúlveda (2005) indica que tras los modelos unicausales, surgieron teorías socioculturales que citaban factores como la estructura social patriarcal, las interacciones familiares o el aprendizaje social para explicar la VG.

Más adelante, según recoge esta misma autora, surgen los modelos ecológicos, que sugieren que la violencia contra la mujer debe ser explicada desde un enfoque multicausal. De este modo, se propone una explicación de la VG en base al contexto, teniendo en cuenta tres niveles: social, relacional e individual (Cala, 2011). Este enfoque será el adoptado en el presente trabajo.

A *nivel social* o macrosistémico, se entiende que la VG tiene un carácter estructural y se apoya en las normas y valores de un sistema social, el patriarcado<sup>2</sup> (Álvarez, Sánchez y Bojó, 2016). De este modo, la VG tiene una de sus bases en un proceso de socialización diferencial que categoriza a las personas desde su nacimiento en función de su sexo biológico, en las categorías de género femenino o género masculino (Expósito, 2011). Así, de manera tradicional se ha asociado la masculinidad al poder, la racionalidad y aspectos de la vida pública como el trabajo y la política, mientras que la feminidad se ha vinculado a aspectos de la vida privada como la maternidad o el cuidado del hogar (Bosch et al., 2007). Socialmente, se ha otorgado una connotación de superioridad a lo masculino, siendo valorados más positivamente las actividades y atributos considerados masculinos que los femeninos, que son subestimados (Álvarez et al., 2016; Cala, 2011). Esto deriva en la existencia relaciones de dominación-

---

<sup>2</sup> Patriarcado: “El patriarcado es un orden social genérico de poder, basado en un modo de dominación cuyo paradigma es el hombre. Este orden asegura la supremacía de los hombres y de lo masculino sobre la inferiorización previa de las mujeres y lo femenino. Es asimismo un orden de dominio de unos hombres sobre otros y de enajenación de las mujeres” (Lagarde, 1996).

sumisión entre hombres y mujeres (Cala, 2011). Toda esta desigualdad estructural se ve reflejada en fenómenos como la brecha salarial o el techo de cristal (Conde-Ruiz y Marra, 2016).

A *nivel relacional*, existen comportamientos de control y dominio que evidencian las relaciones de poder entre hombres y mujeres. Un ejemplo de ello son los micromachismos, prácticas cotidianas sexistas que llevan a cabo hombres y mujeres y que se encuentran invisibilizadas, naturalizadas y legitimadas por el entorno social (Bonino, 1998). Pueden ser de tres tipos: coercitivos (e.g., control del dinero o uso expansivo del espacio físico), encubiertos (e.g., maternalización de la mujer o generación de dependencia emocional) y de crisis (e.g., victimismo o prometer y hacer méritos si la mujer amenaza con el abandono). Estas conductas si se realizan de manera reiterada pueden conllevar una disminución de la autonomía de las mujeres (Bosch et al., 2007). Otro resultado de la socialización diferencial es el modelo de amor romántico culturalmente extendido (Ferrer y Bosch, 2013). Este modelo, es interiorizado por mujeres y hombres a partir de aprendizajes socioculturales (mediante los cuentos, las películas, las canciones, etc.) y se caracteriza por la consideración del amor por parte de la mujer como objetivo fundamental en la vida y como algo eterno, exclusivo, predestinado y que requiere sacrificio (Álvarez et al., 2016). Bajo esta concepción, la mujer entiende el amor como una entrega total, un proyecto vital prioritario sin el que su vida carece de sentido (Álvarez et al., 2016; Bosch et al., 2007). Este sentimiento de encontrarse incompletas sin tener pareja, puede derivar en la renuncia de la mujer a sus propios deseos e intereses (Nogueiras, 2005). Por el contrario, el modelo asumido por los hombres no sitúa al amor como meta prioritaria ni implica el mismo nivel de renuncia personal a favor de la pareja, ya que éstos son socializados para realizarse fuera de la relación, en el ámbito público (Álvarez et al., 2016), ocupando el amor un segundo plano (Bosch et al., 2007). Así, se puede entender que esta forma de vivir el amor sitúe a hombres y mujeres en lugares distintos, de manera que los hombres tienen más peso que las mujeres en la toma de decisiones (Álvarez et al., 2016). Dentro de la familia, los varones tienden a poseer el poder socioeconómico y sexual, siendo considerados la autoridad del hogar, mientras las mujeres quedan relegadas a funciones de cuidadoras desde los roles de esposas, hijas o madres (Coria, 2005, según citado en Cala, 2011) y recayendo sobre ellas la responsabilidad de mantener la unidad y la estabilidad familiar (Trigo, Sala y Calderón, 2012).

A *nivel individual*, la desigualdad afecta a la subjetividad que las personas construyen, a su manera de situarse en el mundo y al concepto que elaboran de sí mismas, es decir, a su identidad



de género<sup>3</sup> (Álvarez et al., 2016). Esta identidad surge de la interiorización de las expectativas y valores del sistema social (Álvarez et al., 2016; Bosch et al., 2007; Cala, 2011). De esta manera, a los varones se les socializa en la identidad masculina, basada en la fortaleza, la autonomía, la seguridad, la actividad y el liderazgo, otorgándoles el rol de proveedores de bienes y recursos y educándoles para que su autoestima provenga del exterior (Álvarez et al., 2016; Ferrer y Bosch, 2013). Por el contrario, a la mujer se la educa en la complementariedad y dependencia del varón, para la debilidad, pasividad, docilidad y emocionalidad, atribuyéndole el rol de esposa, madre o cuidadora, proveedora de necesidades emocionales (Álvarez et al., 2016). De este modo, como expone Marcela Lagarde (1999) las mujeres son “socializadas como seres para otros”, es decir, para complacer las necesidades de los demás antes que las propias.

La Figura 3 muestra los diferentes niveles ecológicos explicados.

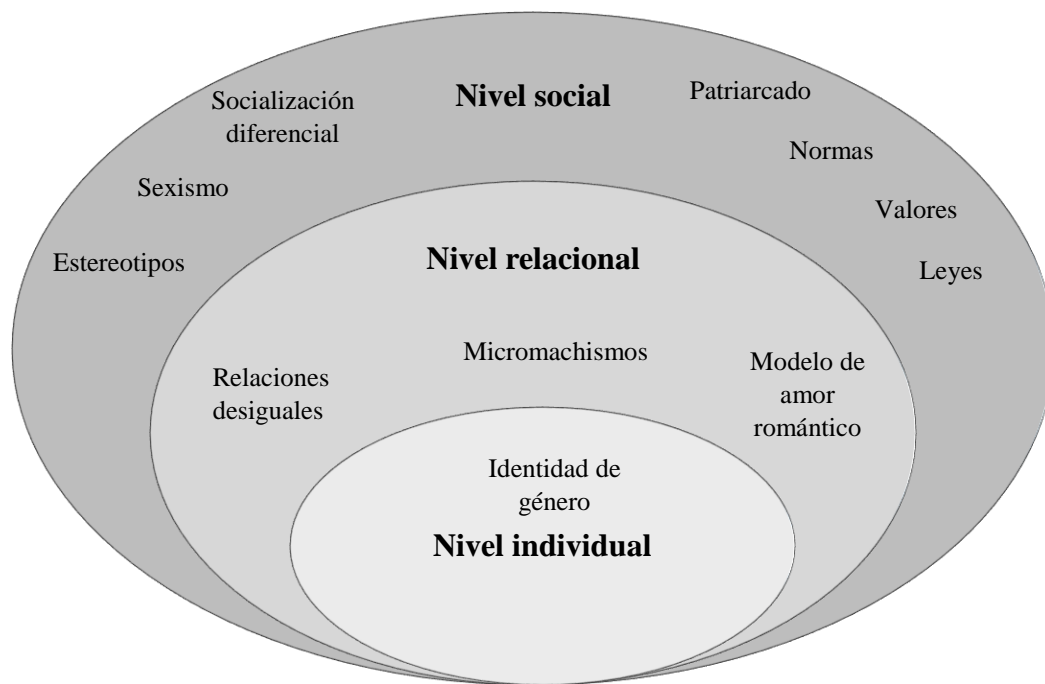


Figura 3. Niveles explicativos de la violencia contra las mujeres. Adaptado de Sanz (2007).

### Manifestaciones de la Violencia de Género

Existen múltiples formas de expresión de la VG. Siguiendo la clasificación del Consejo de Europa (1997) se diferencian seis tipos de VG (Consejo de Europa, 1997, según citado en Bosch, 2008). (ver Tabla 1).

<sup>3</sup> “La identidad de género constituye el sentido psicológico del individuo de ser varón o mujer de acuerdo con los comportamientos sociales y psicológicos que la sociedad designa como masculinos o femeninos” (Álvarez et al., 2016).

Tabla 1

*Principales formas de violencia de género.*

Forma de violencia	Descripción
Violencia física	Toda acción intencionada que provoque daños o lesiones físicas en las mujeres. Ejemplos: empujones, golpes, patadas o bofetadas, entre otros.
Violencia sexual	Cualquier acción voluntaria que atente contra la libertad sexual de la mujer y su integridad física o afectiva. Ejemplos: expresiones obscenas, propuestas sexuales indeseables, acto o relación sexual no consentida (acoso o violación) o la obligación de prostituirse.
Violencia psicológica	Toda acción que provoque intencionadamente o pueda provocar daño psicológico en la mujer, afectando a su bienestar y su autoestima. Ejemplos: denigrarla, culpabilizarla, humillarla en público, aislarla, controlarla o ignorarla.
Violencia económica	Incluye acciones como negarle a la mujer el acceso a los recursos compartidos, generándole dependencia económica. Pueden darse otras manifestaciones como impedir su acceso a un puesto de trabajo, la educación, la salud o negarle los derechos de propiedad.
Violencia estructural	Son todas aquellas barreras invisibles que impiden a las mujeres el acceso a los derechos básicos. Incluye manifestaciones como negarles la información sobre sus derechos fundamentales o el acceso a puestos de poder en el trabajo.
Violencia espiritual	Incluye aquellas acciones que atenten contra las creencias culturales o religiosas de las mujeres a través del castigo, la humillación o la imposición de otro sistema de creencias.

*Nota.* Adaptado de Bosch (2008).

Todas estas manifestaciones de violencia impactan sobre la salud física y psicológica de las mujeres.

### **Consecuencias de la Violencia de Género en la mujer**

Un estudio de la Organización Mundial de la Salud (OMS) refleja que la VG es un grave factor de riesgo para la salud de las mujeres (Prieto, 2014), y otras autoras y autores defienden que tiene un grave impacto psicológico para la víctima, provocando frecuentemente sintomatología ansiosa, depresiva, baja autoestima, trastorno de estrés postraumático, abuso de sustancias e intentos de suicidio, entre otros (véase, por ejemplo, Follingstad, 2009; Matud, 2004; Ocampo, 2015).

Según el Informe de la ONU (2006), la violencia contra la mujer tiene consecuencias para su salud física, reproductiva y mental o psicológica.

Entre las consecuencias para la *salud física* figuran, por ejemplo, las lesiones físicas, disfunciones sexuales, cefaleas, dolores crónicos o trastornos gastrointestinales (Ocampo, 2015; ONU, 2006; Sánchez, 2014). Asimismo, este tipo de violencia, especialmente cuando se trata de violencia sexual, puede producir en las mujeres síntomas ginecológicos y sexuales como afecciones genitales, dolores pélvicos, infecciones vaginales o enfermedades de transmisión sexual (Sánchez, 2014). Además, entre las consecuencias fatales para la VG destaca que puede producir la muerte a través de asesinatos o suicidios (ONU, 2006; Sánchez, 2014).

Respecto a la *salud reproductiva*, las mujeres víctimas de maltrato sexual o físico pueden presentar embarazos no deseados, abortos, partos prematuros o complicaciones en el embarazo, que aumentan el riesgo de mortalidad fetal y materna (Sánchez, 2014).

Los *síntomas psicológicos* más comunes de la VG incluyen miedo, pérdida de autoestima y sentimientos de culpa (Kim y Gray, 2008). Asimismo, la aparición de emociones como la culpa y la vergüenza facilitan la percepción de que la violencia es merecida (Muruaga y Pascual, 2013). Las mujeres pueden sufrir una pérdida de ilusiones, de proyectos, del significado de la vida, confusión respecto a su identidad o debilitamiento de su espiritualidad (Torres y Carro, 2006) e inadaptación en diferentes áreas de la vida (Expósito, 2011). Otros estudios muestran que las mujeres maltratadas presentan más síntomas de ansiedad, insomnio y síntomas somáticos que las no maltratadas, y que informan de mayor número de enfermedades y un mayor consumo de antidepresivos y ansiolíticos (Matud, 2004). Respecto a las alteraciones psicopatológicas, las más frecuentemente vinculadas a las mujeres víctimas de maltrato son la depresión y el trastorno de estrés postraumático (véase, por ejemplo, Bosch y Ferrer, 2002; Prieto, 2014; Sánchez, 2014).

En cuanto a la depresión, los síntomas principales en estas mujeres son la baja autoestima, la autoculpabilidad, la tristeza y las ideas de suicidio, siendo esta sintomatología más intensa a mayor frecuencia, severidad y duración del maltrato (Muruaga y Pascual, 2013; Prieto, 2014; Sánchez, 2014). Además, tienden a experimentar anhedonia o pérdida de interés por actividades gratificantes, retraimiento, irritabilidad y aislamiento social (Ocampo, 2015).

Respecto al trastorno de estrés postraumático (TEPT), algunas investigaciones muestran que este síndrome aparece entre un 45 y un 84% de las mujeres maltratadas, mientras que otros estudios establecen cifras de entre un 45-60% (Prieto, 2014). Por su parte, Expósito (2011),

indica que el porcentaje de mujeres que desarrollan TEPT en circunstancias de maltrato es del 51% de las víctimas.

### **La salida de la situación de maltrato: un proceso complejo**

Atendiendo a los datos ofrecidos por la Macroencuesta de Violencia contra la Mujer (2015), un 67,4 % de las mujeres mayores de 16 años que habían sufrido VG rompieron la relación, pero un 23,4 % de las mujeres continuaron en la situación de abuso y un 3,4 % fallecieron a manos de sus agresores.

En este sentido, Bosch, Ferrer y Alzamora (2006) comparan la VG con un laberinto, en el que es muy fácil entrar pero donde salir resulta muy complicado. Abandonar una relación de maltrato es muy difícil y supone un proceso largo, doloroso y complejo (Cala, Godoy y Rebollo, 2009). Es un camino cargado de sufrimiento que requiere un gran esfuerzo, coraje y determinación por parte de las mujeres (Da Cruz, 2014) en un momento en el que han perdido su autoestima y su confianza en sí mismas y en sus habilidades (Ruiz-Pérez et al., 2013).

Para superar la VG las mujeres deben hacer frente a una serie de barreras que impiden o dificultan su salida de la situación (Alencar-Rodrigues y Cantera, 2013; Ruiz-Pérez et al., 2013). De esta forma, la conducta de las mujeres que continúan en la situación de maltrato no es reflejo de una aceptación de la violencia, o de una actitud pasiva, sino que es el resultado de todos los factores que dificultan su salida (Alencar-Rodrigues y Cantera, 2013).

A lo largo de la historia, se han elaborado diferentes teorías que trataban de explicar el mantenimiento de la mujer en la situación de VG. Anteriormente, las teorías se centraban en factores individuales del fenómeno, buscando su origen en características de las mujeres, como el masoquismo o la pasividad. Sin embargo, como recoge la revisión de Bosch y Ferrer (2002) ese enfoque ha ido evolucionando hasta el surgimiento de teorías y modelos que no culpan a la víctima y proponen explicaciones alternativas. Las tres más citadas en la literatura son: la Teoría de la Indefensión Aprendida de Seligman aplicada a la VG (1979), el Ciclo de la Violencia de Walker (1979) y el Síndrome de Estocolmo Doméstico de Montero (1999) (Bosch, 2008).

### **Teoría de la indefensión aprendida aplicada a la violencia de género (Walker, 1979)**

La Teoría de la Indefensión Aprendida fue desarrollada en 1975 por Martin Seligman (Sepúlveda, 2005). Leonore Walker (1979) aplicó esta teoría al fenómeno de la VG (Cobos, 2016; Escudero, Polo, López y Aguilar, 2005; Sepúlveda, 2005), defendiendo que los episodios

de violencia por parte del maltratador, alternados con periodos de ternura y arrepentimiento, provocarían en la mujer una sensación de falta de control respecto a la situación de maltrato, dada la falta de relación encontrada entre su comportamiento y la conducta del agresor (Walker, 1979, citado en Bosch y Ferrer, 2002). Aprendería que sus esfuerzos consiguen muy pocos o ningún cambio en la situación, desembocando esto en sentimientos de indefensión (Edwards, Gidycz y Murphy, 2011). De este modo, perdería la confianza en su capacidad para predecir la violencia por parte de su pareja y adoptaría una actitud de pasividad de manera inconsciente para garantizar su supervivencia (Walker, 1979, citado en Bosch y Ferrer, 2002). Así, tal y como propone Walker (1991), el mantenimiento de la mujer en la situación de maltrato podría explicarse por la indefensión, que impide a la mujer efectuar cambios al asumir que es imposible modificar la situación en la que se encuentra inmersa (Ordóñez, 2012).

### **Teoría del Ciclo de la Violencia (Walker, 1979)**

La Teoría del Ciclo de la Violencia (Walker, 1979), se basa en la Teoría de la Indefensión Aprendida de Seligman, anteriormente explicada, y considera que la VG tiene un carácter cíclico. Establece las siguientes fases:

- *Fase de acumulación o construcción de la tensión:* sucederían manifestaciones leves de violencia y abuso verbal, apareciendo tensión fundamentalmente en torno a problemas cotidianos como la economía del hogar o los hijos e hijas. Podrían producirse insultos, hostilidad, menosprecios, demandas irracionales, manipulación o silencios por parte del agresor, quien negaría estas manifestaciones. Ante esta situación, la mujer trata de evitar el aumento de la violencia, adoptando una actitud pasiva y a veces sumisa, llegando incluso a culparse a ella misma para evitar el enfado del maltratador. Finalmente, la víctima empezaría a experimentar confusión, produciendo esto un alejamiento del agresor, quien, al notar este distanciamiento, trataría de provocarla para desencadenar en ella una reacción (Walker, 1979, citado en Bosch, 2008).
- *Fase de agresión o descarga de la tensión:* en esta fase aumenta la fuerza física de las agresiones, apareciendo el abuso físico, psicológico y/o sexual. El agresor alivia su tensión contenida mediante la descarga de la agresión. Llegado este punto, la víctima concentra sus esfuerzos en sobrevivir, lo que provoca que adopte una actitud dócil y servicial (Walker, 1979, citado en Bosch, 2008). Tras la agresión, se pueden desencadenar en la mujer síntomas como colapso emocional, indiferencia, depresión,

impotencia o incluso culpa (Castro, 2015). Asimismo, es posible que amenace con abandonarlo si no cesa la violencia (Walker, 1979, citado en Bosch, 2008).

- *Fase de arrepentimiento, de conciliación o de luna de miel*: en esta tercera fase, el maltratador muestra a la víctima arrepentimiento buscando su perdón, tratando de evitar su denuncia o el abandono de la relación (Walker, 1979, citado en Expósito, 2011). Promete buscar ayuda y que la situación no volverá a repetirse. En este momento, la mujer trata de creer en su palabra y realiza intentos por hacer que la relación funcione. Sin embargo, esta fase terminará de nuevo con la fase de acumulación de la tensión (Walker, 1979, citado en Bosch, 2008).

De esta forma, después de la fase de luna de miel iniciaría de nuevo el ciclo de la violencia (Sánchez, 2014), cuya frecuencia y peligrosidad aumentaría con cada recaída (Expósito, 2011).

En el marco de esta teoría se identifican tres posibles causas que podrían retener a la mujer en la situación de maltrato (Long y McNamara, 1989, citado en Bosch y Ferrer, 2002):

1. La agresión puede acabar actuando como estímulo discriminativo que indique la posterior llegada de la fase de reconciliación o de luna de miel, de modo que la víctima podría soportar el maltrato al ir éste unido a un refuerzo con un gran valor para ella, el afecto del agresor.
2. El castigo aumenta la necesidad de afecto y amor en las personas. Normalmente, la situación de aislamiento en la que se encuentra la víctima, provoca que el maltratador sea su única fuente de apoyo y, por tanto, puede permanecer con él por dependencia emocional.
3. El castigo es un fenómeno muy resistente a la extinción y puede generar una adaptación negativa al mismo.

De esta manera, el castigo intermitente combinado con periodos de afecto pueden generar en la víctima la esperanza de un cambio a largo plazo (Sarasúa y Zubizarreta, 2000, citado en Bosch y Ferrer, 2002).

### **Síndrome de Estocolmo Doméstico (Montero, 1999)**

Andrés Montero (1999) propuso la existencia del Síndrome de Estocolmo Doméstico (SIED), que consiste en un vínculo interpersonal de protección que la víctima establece con su agresor, similar al que realizan las víctimas de secuestro con sus captores, con el fin de proteger su integridad psicológica dentro de un ambiente traumático y de aislamiento (Montero, 2001).

De esta forma, la víctima crea una relación de dependencia hacia el maltratador, tratando de reducir la disonancia cognitiva que supone para ella que su referente y principal apoyo se haya convertido en una amenaza, rompiendo el espacio de seguridad de la relación de pareja (Montero, 2001).

El autor defiende que resulta paradójico cómo algunas mujeres con recursos económicos y sociales para ser autosuficientes, y que emprenden actividades profesionales o sociales que sugieren que no se encuentran paralizadas por el miedo, continúan en un contexto en el que están siendo maltratadas y no se muestran capaces de abandonar a sus agresores (Montero, 2001). Sin embargo, tal y como se expondrá en los resultados del presente trabajo, existen numerosos factores que retienen a la mujer en la situación de maltrato.

El SIES-d se desarrollaría en cuatro etapas. En la *fase desencadenante*, las primeras agresiones acabarían con el espacio de seguridad que constituía la relación afectiva para la víctima, produciendo en ella un estado de desorientación y pérdida de referentes. En la *fase de reorientación*, trataría de reordenar sus esquemas cognitivos para evitar la disonancia entre su conducta y la realidad traumática que está viviendo, culpándose a sí misma de la situación. En la *fase de afrontamiento*, adoptaría el modelo mental de su cónyuge e intentaría manejar la situación fuera del contexto doméstico. Por último, en la *fase de adaptación*, proyectaría la culpa de la conducta del maltratador en personas y factores externos, como si él fuese víctima de una sociedad injusta que le impulsa a ser violento (Montero, 2001).

Como se puede apreciar, diferentes teorías exponen explicaciones complementarias para comprender los mecanismos que retienen a la mujer maltratada en la situación de violencia (Bosch, 2008). Por otro lado, según recogen Bell, Goodman y Dutton (2007), otros estudios revelan que la mayor parte de las mujeres víctimas de violencia trataron en algún punto de abandonar la situación de maltrato. Asimismo, Cala (2011) indica que muchas mujeres consiguen salir de la situación de violencia y recuperar el control de sus vidas.

En resumen, se ha expresado la VG como un fenómeno sociocultural que opera a diferentes niveles ecológicos y acarrea graves consecuencias para las mujeres que la padecen. Asimismo, se han expuesto las principales teorías explicativas sobre los mecanismos que retienen a la mujer en la situación de maltrato. De esta forma, el presente trabajo se dirige a indagar sobre los factores que obstaculizan o facilitan la salida de la víctima de la relación abusiva, así como sobre las intervenciones psicológicas que se han mostrado más eficaces en esta línea.

### **Pregunta de investigación y objetivos**

Este trabajo pretende dar respuesta a la pregunta de investigación: ¿Cómo es el proceso de salida y recuperación de las mujeres víctimas de violencia de género?

Para responder esta pregunta se proponen los siguientes objetivos:

1. Identificar los principales factores psicosociales que inciden en la salida de la mujer de la VG.
2. Describir las fases que atraviesa la mujer desde la experiencia de la VG hasta su fortalecimiento.
3. Identificar las intervenciones psicológicas para la recuperación de las mujeres víctimas de VG.

### **Metodología**

Se expone la metodología empleada para llevar a cabo esta revisión bibliográfica.

#### **Estrategia de búsqueda**

El proceso de búsqueda bibliográfica se realizó en tres fases, desde principios de Marzo hasta mediados de Mayo de 2019.

En la primera fase se seleccionaron las bases de datos electrónicas para la búsqueda (ver Tabla 2). Éstas fueron escogidas por su accesibilidad como estudiante de la Universidad de Cádiz, su disponibilidad de documentos académicos y de investigación en castellano y en inglés y por su relevancia en la psicología.

La segunda fase consistió en la realización de la búsqueda bibliográfica en las bases de datos seleccionadas, en base a los objetivos del trabajo. En la Tabla 3 se recogen los descriptores y operadores booleanos empleados según las bases de datos y los objetivos de la investigación.

En la tercera etapa se aplicaron los criterios de inclusión y exclusión para seleccionar los documentos.



Tabla 2

*Bases de datos consultadas.*

Nombre	Descripción	Idioma
Dialnet <i>www.dialnet.unirioja.es</i>	Portal de difusión científica hispana compuesto por contenido de diferentes revistas, especialmente de ciencias humanas, jurídicas y sociales. Está gestionado por la Fundación Dialnet, de la Universidad de la Rioja.	Castellano
SCOPUS <i>www.scopus.com/</i>	Base de datos multidisciplinar para la investigación científica, producida por Elsevier. Permite navegar por aproximadamente 18000 títulos e incluye la cobertura de 16500 revistas de distintas materias.	Castellano e Inglés
ProQuest Psychology Journals <i>www.search.proquest.com/index</i>	Base de datos que cubre fundamentalmente las áreas de Educación, Neurociencia/Psiquiatría, Psicología y Sociología. Ofrece resúmenes e índices de más de 640 títulos.	Castellano e inglés
EBSCOHOST <i>www.ebscohost.com</i>	Buscador que ofrece una gran variedad de bases de datos entre las que se incluyen PsycINFO, Psycarticles o Psicodoc.	Inglés

*Nota.* Elaboración propia.**Criterios de inclusión y exclusión**

Los criterios de inclusión son:

1. Publicaciones entre los años 2010 y 2019 ambos inclusive.
2. Publicaciones a texto completo en español o en inglés desde las bases de datos accesibles como estudiante de la Universidad de Cádiz (UCA).
3. Todo tipo de documentos de las disciplinas de Psicología, Ciencias Sociales y Ciencias de la Salud que traten específicamente el fenómeno de la VG, entre los que se incluyen tesis doctorales y libros.

Tabla 3

*Descriptores y operadores booleanos.*

Objetivos de investigación	Bases de datos	Descriptores y operadores booleanos
Objetivo 1. Identificar los principales factores psicosociales que inciden en la salida de la mujer de la VG.	Dialnet	(“mujeres supervivientes” OR “mujeres víctimas”) AND (“violencia de género” OR “violencia machista”) AND (“cambio” AND (“factores OR “recursos”) AND (“violencia de género” OR “violencia machista”) AND (“recuperación” OR “enfrentamiento”) AND (“violencia de género” OR “maltrato” OR “violencia machista”) AND (“salida” AND (“violencia de género” OR “violencia doméstica” OR “maltrato”) AND (“proceso” AND “salida” AND “violencia de género” AND “mujer”
	Scopus Proquest Psychology Journals EBSCOhost	(“women survivors” OR “women victims”) AND (“gender violence” OR “domestic violence” OR “intimate partner violence”) AND (“change” AND (“process” OR “resources”) AND (“intimate partner violence” OR “gender violence” OR “domestic violence”) AND (“leaving process” OR “leave”) AND (“gender violence” OR “domestic violence” OR “intimate partner violence”) AND “women” AND (“factors” OR “resources”) AND (“change” OR “freedom”) AND (“domestic violence” OR “intimate partner violence” OR “gender violence”) AND “women”
Objetivo 2. Describir las distintas fases que atraviesa la mujer desde la experiencia de la VG hasta su fortalecimiento.	Dialnet	“estrategias” AND (“violencia de género” OR “violencia machista” OR “maltrato”) AND “mujeres” AND (“proceso” AND “salida” AND “violencia de género” AND “mujeres” AND (“fases” OR “etapas” OR “estadios”) AND (“salida” OR “cambio” OR “recuperación”) AND (“violencia de género” OR “violencia machista” OR “maltrato”) AND “mujeres” AND (“salida” OR “cambio” OR “recuperación” OR “empoderamiento”) AND (“violencia de género” OR “violencia machista”)
	Scopus Proquest Psychology Journals EBSCOhost	(“leave” OR “leaving process”) AND (“gender violence” OR “intimate partner violence” OR “domestic violence”) AND “women” AND (“stages” OR “phases” OR “process”) AND (“change” OR “freedom” OR “recovery”) AND (“gender violence” OR “intimate partner violence” OR “domestic violence”) AND “women” AND (“leaving process” OR “healing process” OR “recovery process” OR “empowerment”) AND (“gender violence” OR “intimate partner violence” OR “domestic violence” OR “battered women”)
Objetivo 3. Identificar las intervenciones psicológicas para la recuperación de las mujeres víctimas de VG.	Dialnet	(“tratamiento psicológico” OR “intervención psicológica” OR “psicoterapia”) AND “mujeres” AND (“violencia de género” OR “violencia machista” OR “maltrato”) AND NOT “prevención” AND NOT “hombres” AND NOT “hijos” AND NOT “hijas”
	Scopus Proquest Psychology Journals EBSCOhost	(“psychological treatment” OR “psychological intervention” OR “psychotherapy”) AND “women” AND (“gender violence” OR “intimate partner violence” OR “domestic violence”) AND NOT “prevention” AND NOT “men” AND NOT “batterer” AND NOT “children”

*Nota.* Elaboración propia.

Los criterios de exclusión son:

1. Documentos a los que no se tiene acceso como estudiante de la UCA.
2. Publicaciones anteriores al año 2010.
3. Textos que no traten específicamente el fenómeno de la VG.
4. Publicaciones divulgativas.
5. Documentos cuyo objeto de investigación no está relacionado con lo que pretendo investigar. Por ejemplo, estudios centrados en la prevención, en el maltratador en lugar de la víctima o focalizados en mujeres inmigrantes y/o con alguna discapacidad o vulnerabilidad específica.

Además, se aplicará un criterio de exclusión adicional para las publicaciones del Objetivo 3 de la investigación: se excluirán aquellos documentos que tengan un diseño de caso único.

### **Procedimiento de análisis**

Tras la fase de búsqueda se obtienen 50 documentos que cumplen los criterios de inclusión. Con la aplicación de los criterios de exclusión, éstos quedan reducidos a un total de 14. De todos ellos, siete estarían relacionados con el primer objetivo, cinco con el segundo y cuatro con el tercero, existiendo dos documentos que se emplearon tanto para el primer como para el segundo objetivo (ver Figura 4).

Una vez seleccionados los documentos a utilizar y clasificados por objetivos, se procederá a analizarlos de acuerdo a una serie de criterios:

Objetivo 1. Identificar los principales factores psicosociales que inciden en la salida de la mujer de la violencia de género: objetivos del estudio, participantes, diseño y metodología del estudio, resultados y conclusiones (ver Anexo 1).

Objetivo 2. Describir las fases que atraviesa la mujer desde la experiencia de la VG hasta su fortalecimiento: enfoque teórico, objetivos del estudio, participantes, diseño y metodología del estudio, resultados y conclusiones (ver Anexo 2).<sup>4</sup>

Objetivo 3. Identificar las intervenciones psicológicas para la recuperación de las mujeres víctimas de violencia de género: antecedentes teóricos, objetivos del estudio, participantes, diseño y metodología del estudio, resultados y conclusiones (ver Anexo 3).

---

<sup>4</sup> Los dos artículos que se seleccionaron tanto como para el primer como para el segundo objetivo se analizarán en base a los criterios establecidos para el Objetivo 2.

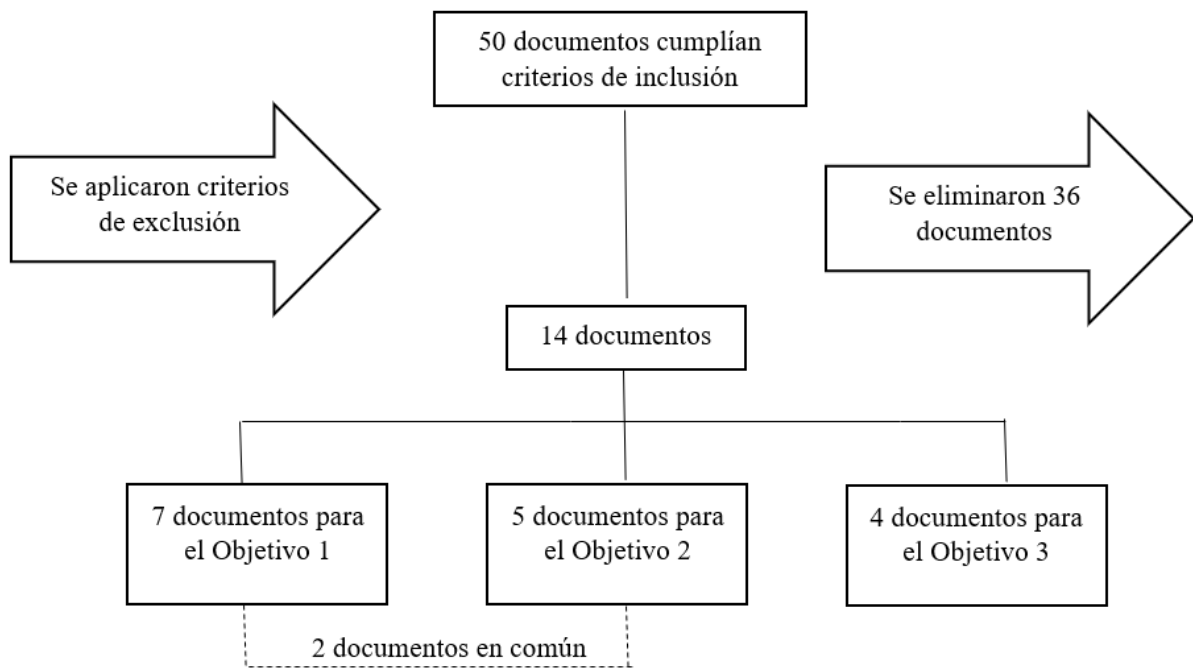


Figura 4. Procedimiento de análisis (Elaboración propia).

### Resultados

Se presentan los resultados obtenidos en la búsqueda bibliográfica en base a los objetivos de la investigación.

#### Objetivo 1. Identificar los principales factores que inciden en la salida de la mujer de la VG

Se seleccionaron siete documentos para el Objetivo 1. Cinco de ellos analizan los factores que obstaculizan o facilitan la ruptura de la relación por parte de la mujer. Sin embargo, el trabajo de Aretio (2015), recoge los factores que inciden no solo en el proceso de ruptura, sino también en el empoderamiento de las mujeres, y el estudio de Zamora et al. (2012) identifica tanto los factores que obstaculizan y facilitan el proceso como las fases que atraviesa la mujer, siguiendo el Modelo Transteórico de Cambio de Prochaska y DiClemente (1992).

Por otro lado, el trabajo de Preciado-Gavidia, Torres-Cendales y Rey-Anaconda (2010), busca analizar las características de personalidad, psicopatológicas y sociodemográficas de las mujeres que abandonaron la relación de maltrato para establecer un perfil, considerando las peculiaridades de estas mujeres factores facilitadores de la salida de la VG.

Los factores identificados como influyentes en el proceso de salida de la VG según los estudios seleccionados, pueden clasificarse en factores facilitadores y obstaculizadores, que

pueden ser tanto de carácter externo como internos o personales de las propias mujeres. Estos factores se recogen en la Tablas 4 y 5.

## **Objetivo 2. Describir las distintas fases que atraviesa la mujer hasta su fortalecimiento tras sufrir VG**

Para el segundo objetivo del estudio se seleccionaron cinco documentos.

Los estudios de Zamora et al. (2012) y Tenorio (2016) estudiaron el proceso de cambio bajo la concepción del Modelo Transteórico de Cambio del Comportamiento (TTM) de Prochaska y DiClemente (1984, 1992).

Zamora et al. (2012), establecen seis fases que atraviesan las mujeres en el camino hacia la recuperación de la VG: (1) La fase de *precontemplación* se caracteriza por la ausencia de conciencia de problema, normalizando o justificando el maltrato, bajo una fuerte influencia de las creencias y los mandatos de género recibidos, así como del ideal de familia y de pareja. En esta fase la mujer tiende a atribuirse la culpa de la situación. (2) La fase *contemplativa* supone el reconocimiento del maltrato. La mujer toma conciencia de la VG y realiza un balance entre la decisión de continuar con la relación o de romperla, decisión en la que influirán los factores facilitadores y obstaculizadores que identifique la víctima. (3) La fase de *preparación para la acción* implica la decisión de salir de la relación. (4) La fase de *acción* supone la separación de la pareja y la ruptura de la relación. (5) La de *mantenimiento* es una etapa que requiere de un cambio de vida y un desarrollo personal para no regresar de nuevo a la relación de maltrato. (6) La fase de *finalización* se caracteriza por el verdadero reconocimiento del maltrato, de su expareja como agresor y de ella como víctima, junto a la pérdida del miedo y la recuperación de su autoestima. Asimismo, establecen que a lo largo del proceso se producen recaídas, que suponen un retorno a la fase contemplativa y pueden implicar tanto el retorno con el agresor como el establecimiento de una relación con una nueva pareja maltratadora.

En esta misma línea, Tenorio (2016) parte de las fases planteadas por Brown (1999), quien adapta el modelo de Prochaska y DiClemente a la VG. Identifica cinco fases del proceso de cambio: (1) *precontemplación*; (2) *contemplación*; (3) *pérdida de la esperanza de que él cambie*, que equivaldría a la fase de preparación para la acción; (4) *acción*; (5) *autonomía del self*, que corresponde a la fase de finalización.

Tabla 4

*Factores obstaculizadores.*

Tipo	Factor	Estudios
Obstaculizadores externos	Falta de apoyo social de amistades y familiares	Alencar-Rodrigues y Cantera, 2013; Aretio, 2015; Ruiz-Pérez et al., 2013; Zamora et al., 2012.
	Presión del entorno para continuar con el agresor	Aretio, 2015; Mercado-Corona, Somarriba-Rocha, Cuevas-Renaud, Astudillo-García y Sánchez-Estrada (2012); Zamora et al., 2012.
	Respuesta inadecuada de las instituciones	Alencar-Rodrigues y Cantera, 2013; Aretio, 2015; Ruiz-Pérez et al., 2013; Zamora et al., 2012.
	Dependencia económica del maltratador	Zamora et al., 2012.
	Falta de recursos materiales	Alencar-Rodrigues y Cantera, 2013.
	Desempleo de la mujer	Ruiz-Pérez et al., 2013.
	Convivencia con el agresor	Mercado-Corona et al., 2012.
	Mayor número de hijos/as	Preciado-Gavidia et al., 2010.
	Tener hijos/as pequeños/as	Zamora et al., 2012
Obstaculizadores internos	Interiorización de roles y creencias tradicionales	Alencar-Rodrigues y Cantera, 2013; Cuff, 2016; Mercado-Corona et al., 2012; Ruiz-Pérez et al., 2013; Zamora et al., 2012.
	Temor a perder la custodia de los/las hijos/as	Aretio, 2015.
	Deseo de mantener su imagen pública	Zamora et al., 2012.
	Miedo al agresor	Mercado-Corona et al., 2012; Ruiz-Pérez et al., 2013; Zamora et al., 2012.
	Esperanza de un cambio en la conducta del agresor	Cuff, 2016; Zamora et al., 2012.
	Afecto al maltratador	Mercado-Corona et al., 2012.
	Miedo a la soledad e incertidumbre sobre el futuro	Zamora et al., 2012.
	Culpa y vergüenza	Mercado-Corona et al., 2012; Ruiz-Pérez et al., 2013; Zamora et al., 2012.
	Pérdida de autoestima y autoconfianza	Mercado-Corona et al., 2012; Ruiz-Pérez et al., 2013; Zamora et al., 2012.
	Problemas de salud mental	Cuff, 2016; Preciado-Gavidia et al., 2010.

*Nota.* Elaboración propia.

Tabla 5

*Factores facilitadores.*

Tipo de factores	Factor	Estudios
Facilitadores externos	Apoyo social	Alencar-Rodrigues y Cantera, 2013; Aretio, 2015; Cuff, 2016; Mercado-Corona et al., 2012; Ruiz-Pérez et al., 2013; Zamora et al., 2012.
	Apoyo institucional	Alencar-Rodrigues y Cantera, 2013; Aretio, 2015; Zamora et al., 2012.
	Acceso a servicios y recursos materiales	Alencar-Rodrigues y Cantera, 2013; Ruiz-Pérez et al., 2013.
	Independencia económica	Alencar-Rodrigues y Cantera, 2013; Aretio, 2015; Cuff, 2016; Ruiz-Pérez et al., 2013.
	Ausencia de unión matrimonial	Cuff, 2016.
	Apoyo de hijos/as en la decisión de ruptura	Aretio, 2015; Ruiz-Pérez et al., 2013; Zamora et al., 2012.
	Acceso a modelos igualitarios de relación de pareja	Aretio, 2015.
	Aumento de los niveles de violencia	Alencar-Rodrigues y Cantera, 2013.
Facilitadores internos	Abuso o maltrato del agresor a los/as hijos/as	Ruiz-Pérez et al., 2013.
	Cuestionamiento de creencias y roles tradicionales	Alencar-Rodrigues y Cantera, 2013; Mercado-Corona et al., 2012.
	Reconocimiento e identificación del maltrato	Alencar-Rodrigues y Cantera, 2013; Preciado-Gavidia et al., 2010; Zamora et al., 2012.
	Percepción de riesgo	Mercado-Corona et al., 2012; Ruiz-Pérez et al., 2013.
	Pérdida de la esperanza de cambio	Alencar-Rodrigues y Cantera, 2013.
	Agotamiento físico y mental	Ruiz-Pérez et al., 2013; Zamora et al., 2012.
	Recuperación de la autoestima	Mercado-Corona et al., 2012; Zamora, 2012.
	Mayor nivel de escolaridad	Cuff, 2016; Mercado-Corona et al., 2012.
	Resiliencia	Alencar-Rodrigues y Cantera, 2013; Aretio, 2015.
	Estabilidad emocional y apertura mental	Preciado-Gavidia et al., 2010.
	Estrategias de afrontamiento adecuadas	Alencar-Rodrigues y Cantera, 2013.

*Nota.* Elaboración propia.

Por otro lado, en el estudio de Da Cruz (2014), se identifican cuatro fases en espiral desde la entrada hasta la salida de la mujer de la relación de maltrato. Estas fases se dividen en dos periodos: un primer periodo, que englobaría las dos primeras, y un segundo periodo, compuesto por las dos últimas. Las fases presentadas son: (1) *entrada*: la víctima aún no identifica la VG y se produce una confrontación entre los ideales del amor romántico interiorizados y la experiencia de maltrato sufrida, teniendo la mujer la esperanza de un cambio en el agresor; (2) *manutención*: la mujer identifica la VG pero no busca ayuda, manteniendo el maltrato en secreto y centrando sus esfuerzos en sobrevivir a la violencia, sin salir de la relación; (3) *toma de decisión de salir*: la mujer comienza a reevaluar la experiencia del maltrato y toma la decisión de abandonar la relación, iniciando un proceso de separación; (4) *(re)equilibrio*: implicaría la reconstrucción de su identidad.

Aretio (2015) divide en dos periodos el proceso que atraviesa la mujer en su recuperación de la VG: un primer periodo que abarca desde el inicio de la violencia hasta la ruptura de la relación, y un segundo periodo desde el momento de la ruptura hasta su recuperación. En el primer periodo, el inicio de la violencia genera desconcierto en la mujer, que no es aún consciente del maltrato. Tiende a atribuirse a sí misma la culpa de la situación y lleva a cabo estrategias para tratar de disminuir la violencia y recuperar el funcionamiento de la pareja. A medida que avanza el maltrato, su autoestima se va mermando y se va debilitando física y psicológicamente. El miedo y el dolor aumentan hasta que la víctima se plantea la ruptura de la relación, transcurriendo por lo general un largo tiempo, que puede durar años, entre que las mujeres deciden finalizar la relación hasta que finalmente lo hacen. Una vez rompen la relación, inician su camino hacia la autonomía. Después de la ruptura las supervivientes atraviesan tres etapas. Una primera etapa, en la que persisten el dolor y el duelo y dirigen sus esfuerzos a recuperar sus vidas; una segunda etapa en la que comienzan a sentirse liberadas, disminuye el miedo al agresor y recuperan poco a poco su identidad, su autoestima y su autonomía; y una última fase que supone una reconstrucción de su identidad personal desde una perspectiva de género, quedando fortalecidas tras la experiencia de maltrato.

Czerny, Lassiter y Lim (2018) exploraron la influencia del proceso de renegociación de límites en la recuperación de las mujeres víctimas de VG, entendiendo por límite tanto los límites físicos como emocionales que establecen las mujeres respecto al agresor. El establecimiento de límites implica tanto que la mujer se conozca a sí misma y preste atención a sus propias necesidades o intuiciones, como que aprenda a identificar las señales de peligro. Se identificaron cinco fases del proceso: (1) *Yo anterior, falta de conciencia de límites*: las



mujeres que atravesaron esta fase refirieron no ser capaces de reconocer las señales iniciales de la VG en su relación ni de actuar en consecuencia. (2) *Maltrato, pérdida de límites y de la individualidad*: algunas mujeres tratan de establecer límites al inicio del maltrato, siendo éstos ignorados por el agresor. Esto provoca que las víctimas ajusten su conducta para intentar disminuir la frecuencia y la intensidad de la violencia, perdiéndose los límites que trataron de establecer. Con el tiempo, el maltrato acaba produciendo en las mujeres un sentimiento de pérdida de identidad, sintiéndose desconectadas de ellas mismas. (3) *Abandono, establecimiento de un claro límite físico*: la falta de límites y la sensación de pérdida de identidad producen en ella la necesidad de sentirse segura, lo que puede provocar que se separe del agresor ante un episodio violento particular o bien ante la situación de maltrato gradual. (4) *Implementación de límites firmes*: estos límites suelen ser rígidos e inflexibles, buscando la seguridad. Un ejemplo podría ser no ceder a tener relaciones sexuales, sea cual sea la respuesta del agresor en consecuencia. La mujer desarrolla también límites emocionales para proteger sus sentimientos y emociones, creando un espacio de soledad que permita la recuperación de su identidad. (5) *Demostrando flexibilidad y apertura*: esta fase requiere mucho coraje e implica un riesgo emocional. Supone dejar de sobrevivir para empezar a vivir plenamente, sin el sentimiento de estar anclada al pasado, recuperando la identidad perdida. Para ello, la superviviente desarrolla la capacidad de negociar límites firmes pero flexibles, estando segura de quién es y de lo que quiere en su vida.

### **Objetivo 3. Identificar las intervenciones psicológicas para la recuperación de las mujeres víctimas de VG**

Se seleccionaron cuatro documentos para el Objetivo 3. Tres de ellos proponen tratamientos centrados en la disminución de los síntomas derivados de la VG para mejorar el bienestar de las supervivientes, mientras que el cuarto se dirige no solo a la reducción sintomática sino también al empoderamiento de las mujeres.

Las intervenciones planteadas en los estudios de Echeburúa, Sarasua y Zubizarreta (2014), Hansen, Eriksen y Elklit (2014) y Graham-Bermann y Miller (2013) se dirigen a la integración del trauma y la disminución de los síntomas psicológicos asociados.

Echeburúa et al. (2014) comparan la eficacia de un programa de tratamiento individual con uno combinado individual y grupal en mujeres en un entorno comunitario. El programa se dirige a disminuir el estrés postraumático y mejorar la adaptación a la vida diaria de las mujeres, empleando técnicas para facilitar la expresión de emociones, trabajar la integración del trauma,

aumentar la autoestima y generar habilidades de afrontamiento. Los resultados de los dos formatos de tratamiento fueron positivos, pero se obtuvo una mayor mejoría con el formato grupal.

La propuesta de Hansen et al. (2014) incluye tres fases de intervención: estabilización, tratamiento y seguimiento. En la fase de *estabilización* previa, se busca aumentar la sensación de seguridad y control de las mujeres mediante la psicoeducación sobre las reacciones traumáticas y la adopción de medidas de seguridad (e.g. buscar una nueva residencia si aún convive con el agresor, encontrar planes de escape o controlar su situación económica). Tras esta fase se aplicaría el *tratamiento*, en formato individual o grupal, según las características y preferencias de las destinatarias. Por último, se realizaría un *seguimiento* para garantizar el mantenimiento de los avances y apoyar a las supervivientes en su nueva vida sin el maltratador. Este estudio mostró la eficacia de las intervenciones divididas en fases.

Graham-Bermann y Miller (2013) proponen una intervención grupal para mujeres que además de ser víctimas de VG, eran madres de niños y niñas que fueron testigos del maltrato. El elemento central de la intervención era el desarrollo de relaciones interpersonales entre las supervivientes mediante sesiones grupales, que eran guiadas por dos terapeutas. En las primeras sesiones, se trató de establecer un sentimiento de seguridad y confianza entre las participantes, conociéndose las unas a las otras y exponiendo sus expectativas respecto a la terapia. Posteriormente, pasaron a compartir sus miedos y preocupaciones sobre ellas mismas y sus hijas o hijos, describiendo sus experiencias. Paralelamente, se trabajó con los hijos e hijas de las mujeres para ayudarles a identificar y regular sus sentimientos ante la violencia observada, desarrollando estrategias de afrontamiento. Los resultados de la intervención fueron positivos: los grupos cumplieron una función reparativa, pues compartir sus experiencias con otras mujeres les permitió reducir sus síntomas postraumáticos y aumentar su autoestima, a la vez que el grupo constituía una importante fuente de apoyo social y aprendizaje.

Por otro lado, Matud, Padilla, Medina y Fortes (2016) proponen un tratamiento integral dirigido al empoderamiento de las mujeres. Se trata de una intervención grupal que realiza una labor de psicoeducación sobre el género y la VG, con el fin de desmontar las creencias tradicionales sobre los roles y estereotipos de género. Se abordan aspectos como qué es la VG y cuáles son sus causas, analizando el proceso de socialización diferencial. Asimismo, se emplean técnicas para reducir los síntomas psicológicos, aumentar la autoestima y mejorar las habilidades sociales, de comunicación y de resolución de problemas de las mujeres, a la vez

que se fomenta su independencia emocional. Las mujeres que realizaron el programa lograron disminuir los síntomas, mejorar su autoestima y recuperar el control de su propia vida.

### **Discusión**

La presente revisión bibliográfica ha permitido documentar cómo es el proceso de salida y recuperación de la VG para las mujeres, así como los tratamientos psicológicos existentes.

En base a los documentos encontrados, la salida de la violencia de género puede definirse como un proceso largo, cargado de avances y recaídas, que requiere de una gran fortaleza por parte de las mujeres (Da Cruz, 2014). Los estudios de Aretio (2015), Czerny et al. (2018) y Da Cruz (2014) conciben el proceso como una reconstrucción de la identidad de las supervivientes, mostrando a las mujeres como agentes activas en su proceso de cambio, en contraposición con la imagen de pasividad que tradicionalmente se atribuía a las víctimas. De esta forma, las mujeres transitarían por distintas etapas desde el inicio del maltrato hasta la reconstrucción de su identidad. Al inicio del proceso, la mujer presentaría dificultades para identificar las señales de la VG, normalizando el maltrato e incluso culpándose a sí misma de la violencia (Aretio, 2015; Tenorio, 2016; Zamora et al., 2012). En estos momentos, tienen un importante papel la interiorización de las creencias y roles tradicionales y la influencia de los modelos del amor romántico (Da Cruz, 2014; Zamora et al., 2012), como se explicará más adelante. Una vez identifica y reconoce el maltrato, llevaría a cabo acciones para intentar disminuir y/o eliminar la violencia, modificando su conducta (Aretio, 2015; Da Cruz, 2014) o tratando de establecer límites en la relación (Czerny et al., 2018). A medida que avanza el tiempo y el maltrato continúa, la mujer iría experimentando una pérdida de identidad y autoestima hasta que emprende acciones dirigidas hacia la ruptura de la relación y a la recuperación de su identidad (Czerny et al., 2018; Da Cruz, 2014), tomando las riendas de su propia vida mediante un proceso de empoderamiento (Aretio, 2015). Este camino hacia la autonomía se vería facilitado por factores externos como el apoyo social (Alencar-Rodrigues y Cantera, 2013; Aretio, 2015; Cuff, 2016; Mercado-Corona et al., 2012; Ruiz-Pérez et al., 2013; Zamora et al., 2012) e institucional (Alencar-Rodrigues y Cantera, 2013; Aretio, 2015; Zamora et al., 2012), o la independencia económica (Alencar-Rodrigues y Cantera, 2013; Aretio, 2015; Cuff, 2016; Ruiz-Pérez et al., 2013). Sin embargo, Aretio (2015) propone que el factor más determinante en el proceso de recuperación es la fortaleza de las propias mujeres.

No obstante, en este proceso la mujer debe enfrentarse a numerosas barreras, tanto externas como personales, que la retienen en la situación de violencia. Así, factores externos como la

falta de apoyo social (Alencar-Rodrigues y Cantera, 2013; Aretio, 2015; Ruiz-Pérez et al., 2013; Zamora et al., 2012), la presión del entorno para continuar la relación (Aretio, 2015; Mercado-Corona et al., 2012; Zamora et al., 2012) y la respuesta institucional inadecuada (Alencar-Rodrigues y Cantera, 2013; Aretio, 2015; Ruiz-Pérez et al., 2013; Zamora et al., 2012) dificultarían la salida de la mujer de la relación de maltrato. Además, a nivel personal destaca el importante peso de la interiorización de las creencias y valores del sistema patriarcal (Alencar-Rodrigues y Cantera, 2013; Cuff, 2016; Mercado-Corona et al., 2012; Ruiz-Pérez et al., 2013; Zamora et al., 2012), que dificulta el reconocimiento de la violencia y contribuye a la permanencia de la mujer en la relación. De esta forma, los mensajes que las mujeres reciben desde su infancia, tales como “una buena mujer se sacrifica”, “lo más importante en la vida de la mujer son su marido y sus hijos” o “una buena mujer es obediente” (Álvarez et al., 2016) les llevan a asumir que deben aguantar todo por amor (Bosch et al., 2007). Como menciona Lagarde (1999), las mujeres son socializadas como “seres para otros”, es decir, son educadas para cuidar y actuar por los otros, de forma que la valía de una mujer se mide por lo que aporta a los demás, careciendo de valor y autonomía por sí misma. Por ende, las mujeres interiorizan la idea de que necesitan a los demás para autocompletarse (Lagarde, 1999). Todos estos factores van formando la identidad de género de las mujeres (Álvarez et al., 2016).

Por tanto, para superar la VG las mujeres necesitan llevar a cabo una deconstrucción de su identidad desde una perspectiva feminista, cuestionando los mandatos de género recibidos (Aretio, 2015).

En este sentido, se considera importante resaltar que de todas las intervenciones encontradas para el Objetivo 3 del estudio, tan solo una de ellas, la de Matud et al. (2016) trabaja para desmontar estas creencias interiorizadas, pese a ser éste uno de los factores más mencionados como obstaculizador del proceso de salida de la VG (ver Tabla 4). Así, el estudio de Matud et al. (2016) incorpora como parte del tratamiento, en formato grupal, una labor de psicoeducación sobre género y VG, analizando las causas de la misma. Este programa persigue no sólo disminuir los síntomas derivados de la VG, sino también desarrollar las potencialidades de las mujeres y ayudarles a recuperar el control de sus propias vidas, desde sus fortalezas, mostrando resultados positivos. Por su parte, Echeburúa et al. (2014) y Hansen et al. (2014) incorporan en su programa una fase de psicoeducación, pero referida a las reacciones postraumáticas, sin incluir específicamente información sobre las causas e implicaciones de la VG. Estas intervenciones se centran en la disminución de los síntomas psicológicos derivados del maltrato. Por otro lado, Graham-Barmann y Miller (2013) proponen una intervención grupal

para reducir el estrés postraumático en madres víctimas de VG, mediante el desarrollo de vínculos interpersonales entre las participantes, compartiendo sus propias experiencias y aprendiendo de las de las demás mujeres.

En definitiva, se ha reflejado que el proceso de salida de la VG es un proceso complejo, que requiere de una gran fortaleza por parte de las mujeres para hacer frente a todo un sistema que les hace asumir que están incompletas sin una pareja (Nogueiras, 2005), a un entorno que las culpabiliza y las presiona para continuar en la relación, a unos servicios de apoyo y unos profesionales que no siempre responden de manera adecuada y, además, deben vencer sus propias barreras internas, desmontando todo aquello que han ido interiorizando a lo largo de sus vidas. Sin embargo, a pesar de ello, muchas mujeres consiguen salir de la situación y recuperar el control de sus vidas (Cala et al., 2009).

### **Conclusiones**

Este trabajo ha permitido mostrar cómo a pesar de los numerosos factores que dificultan la salida de la situación de maltrato, muchas mujeres son capaces de emprender un camino activo hacia la salida y la recuperación de la VG, mediante sus propias fortalezas y la ayuda de factores externos. Para este viaje hacia la liberación, las mujeres necesitan llevar a cabo una deconstrucción de su identidad, cuestionando las creencias y los mandatos de género recibidos, elaborando una nueva identidad basada en la autonomía. A pesar de ello, son pocas las intervenciones encontradas que, desde una perspectiva feminista, trabajen sobre estos aspectos, intentando desmontar los valores inculcados.

Entre las limitaciones de la revisión, es necesario destacar que no se han empleado todas las posibles palabras clave que cubren el fenómeno, lo que puede haber limitado los resultados obtenidos. Además, la búsqueda bibliográfica se ha realizado únicamente en bases de datos científicas y hay que tener en cuenta que muchas autoras y autores no elaboran sus trabajos con fines de publicarlos. Por otro lado, algunos de los documentos seleccionados para los dos primeros objetivos del estudio abordaban el proceso de la mujer hasta la ruptura de la relación, mientras que otros englobaban momentos posteriores a la ruptura, sin haberse realizado una diferenciación entre ambos. Asimismo, ha resultado complicado encontrar estudios que incluyeran tratamientos centrados en las mujeres, pues muchos de los documentos encontrados en la búsqueda del tercer objetivo se dirigían a la intervención con el agresor o con las hijas e hijos de las víctimas, a pesar de que este aspecto se intentó controlar mediante la selección de

las palabras clave que se emplearon. En este sentido, cabe mencionar que muchas de las publicaciones encontradas en inglés no aludían de manera específica a la violencia de género, sino que incluían intervenciones para mujeres sometidas a lo que denominaban “violencia de pareja”, sin considerar las implicaciones y las causas de la violencia contra las mujeres ni especificar si se trataba de parejas heterosexuales u homosexuales, por lo que todos estos documentos fueron descartados. Por último, he de mencionar que se encontraron pocos estudios que tuvieran en cuenta la estructura social que hay detrás de la VG, pues muchos de ellos se focalizaban únicamente en la sintomatología derivada de la experiencia traumática que supone la VG, sin considerar la naturaleza y las bases del fenómeno.

Entre las fortalezas de la revisión, se destaca el haber abordado el fenómeno de la VG desde una concepción de las mujeres como agentes activos, rechazando la imagen de pasividad que históricamente se ha atribuido a las víctimas de maltrato, mostrándolas como lo que son, auténticas supervivientes. Además, el estudio de los factores que obstaculizan y facilitan el proceso recuperación resulta beneficioso para el desarrollo de intervenciones psicológicas eficaces, poniendo el foco de atención en la importancia de ayudar a las supervivientes a construir una nueva identidad dirigida a la autonomía.

Para concluir, como futuras líneas de investigación se considera necesario indagar más sobre cómo es el proceso de las mujeres tras la ruptura de la relación y sobre la forma en la que éstas reconstruyen su identidad y emprenden acciones dirigidas a la recuperación de su autonomía, ya que la mayoría de estudios encontrados solo abarcan el proceso que sigue la mujer hasta la ruptura de la relación, sin aportar información sobre el momento posterior. Asimismo, se resalta la necesidad de llevar a cabo un mayor número de investigaciones e intervenciones del fenómeno con una perspectiva de género y feminista, pues gran parte de las publicaciones e intervenciones encontradas carecían de este enfoque. Por último, se proponen pautas de actuación para facilitar a las mujeres la superación de la experiencia de maltrato. En primer lugar, se detecta la necesidad de llevar a cabo una labor social de psicoeducación sobre género y VG con toda la población, desde los colegios e institutos hasta la universidad y el mundo laboral, visibilizando el fenómeno, exponiendo sus causas y recalando la gran fortaleza que requiere la mujer para escapar de la relación violenta, con el fin de eliminar los prejuicios existentes sobre las mujeres que no abandonan a sus agresores y de educar en igualdad a los más pequeños. Además, resulta esencial que los y las profesionales que atienden a las mujeres en su proceso posean una formación especializada en género para prestar un servicio de calidad a las supervivientes, ofreciendo apoyo y acompañamiento. Asimismo, se recalca la importancia

de llevar a cabo una acción coordinada entre todos los agentes implicados. En cuanto a la intervención psicológica, se destaca la relevancia que tiene abordar las creencias y mandatos de género que las mujeres han interiorizado, así como proveer de una red social que les ofrezca apoyo emocional y material. En este sentido, podrían resultar de gran ayuda las intervenciones grupales, pues permitirían a las mujeres la formación de una red de apoyo mutuo y un espacio seguro para su recuperación, al mismo tiempo que les permiten aprender de las experiencias de otras supervivientes y reforzar su autoestima, al convertirse ellas mismas en fuentes de apoyo para las demás.

### Referencias bibliográficas

- Alencar-Rodrigues, R., y Cantera, L. M. (2013). Del laberinto hasta el camino hacia la recuperación de la violencia. *Revista Interamericana de Psicología*, 47(1), 61-69.
- Álvarez, M., Sánchez, A. M. y Bojó, P. (2016). *Manual de atención psicológica a víctimas de maltrato machista*. Guipúzcoa, España: Colegio Oficial de la Psicología de Guipúzcoa. Recuperado de <https://www.cop.es/GT/Manual.pdf>
- Aretio, M. A. (2015). *Las supervivientes que salieron del infierno. Factores que ayudan a las mujeres a superar la violencia de género en la pareja heterosexual* (Tesis doctoral). Universidad Pública de Navarra, Navarra, España.
- Bell, M. E., Goodman, L. A., y Dutton, M. A. (2007). The dynamics of staying and leaving: Implications for battered women's emotional well-being and experiences of violence at the end of a year. *Journal of Family Violence*, 22(6), 413-428.
- Bonino, L. (1998). *Micromachismos: la violencia invisible en la pareja*. Recuperado de [https://www.joaquimmontaner.net/Saco/dipity\\_mens/micromachismos\\_0.pdf](https://www.joaquimmontaner.net/Saco/dipity_mens/micromachismos_0.pdf)
- Bosch, E. (2008). *Violencia de género. Algunas cuestiones básicas*. Jaén, España: Formación Alcalá.
- Bosch, E. y Ferrer, V. (2002). *La voz de las invisibles: las víctimas de un mal amor que mata*. Madrid, España: Ediciones Cátedra.
- Bosch, E., Ferrer, V., y Alzamora, A. (2006). *El laberinto patriarcal: reflexiones teórico-prácticas sobre la violencia contra las mujeres*. Barcelona, España: Anthropos.
- Bosch, E., Ferrer, V., García, E., Ramis, M. C., Mas, M. C., Navarro, C. y Torrens, G. (2007). *Del mito del amor romántico a la violencia contra las mujeres en la pareja* (Memoria de investigación). Madrid, España: Ministerio de Sanidad, Servicios Sociales e Igualdad del Gobierno de España. Recuperado de <http://centreantigona.uab.cat/izquierda/amor%20romantico%20Esperanza%20Bosch.pdf>
- Cala, M. J. (2011). *Recuperando el control de nuestras vidas: reconstrucción de identidades y empoderamiento en mujeres víctimas de violencia de género*. (Memoria de investigación). Madrid, España: Ministerio de Sanidad, Servicios Sociales e Igualdad del Gobierno de España. Recuperado de



<http://www.inmujer.gob.es/areasTematicas/estudios/estudioslinea2012/docs/Recuperando control.pdf>

- Cala, M. J., Godoy, M. S. y Rebollo, M. A. (2009). Mujeres que recuperan el control de sus vidas: estrategias y recursos que utilizan para superar una relación de maltrato. *Investigación y Género: Avances en las distintas áreas de conocimiento*, 191-209.
- Castro, R. (2015). *Desmontando la violencia de género*. Recuperado de <http://conigualdad.org/desmontandolaviolenciadegenero/>
- Cobos, E. (2016). *Apego, resiliencia y afrontamiento: un estudio con víctimas de violencia de género* (Tesis doctoral). Universidad Complutense de Madrid, Madrid, España. Recuperado de <https://dialnet.unirioja.es/servlet/tesis>.
- Conde-Ruiz, J. I., y Marra, I. (2016). *Gender gaps in the Spanish Labor Market*. Estudios sobre la Economía Española. Madrid: FEDEA.
- Cuff, S. (2016). *Identifying Factors that Contribute to Staying or Leaving a Violent Relationship* (Tesis doctoral). California Lutheran University, California, Estados Unidos.
- Czerny, A. B., Lassiter, P. S., y Lim, J. H. (2018). Post-Abuse Boundary Renegotiation: Healing and Reclaiming Self After Intimate Partner Violence. *Journal of Mental Health Counseling*, 40(3), 211-225.
- Da Cruz, M. N. (2014). Women survivors of intimate partner violence: the difficult transition to independence. *Revista da Escola de Enfermagem da USP*, 48(SPE), 07-15.
- Delegación del Gobierno para la Violencia de género. (2015). *Género, Macroencuesta de violencia contra la mujer 2015. Avances de resultados*. Recuperado a partir de <http://www.publicacionesoficiales.boe.es>
- Echeburúa, E., Sarasua, B., y Zubizarreta, I. (2014). Individual Versus Individual and Group Therapy Regarding a Cognitive-Behavioral Treatment for Battered Women in a Community Setting. *Journal of Interpersonal Violence*, 29(10), 1783-1801.
- Edwards, K. M., Gidycz, C. A., y Murphy, M. J. (2011). College women's stay/leave decisions in abusive dating relationships: A prospective analysis of an expanded investment model. *Journal of Interpersonal Violence*, 26(7), 1446-1462.

- Escudero, A., Polo, C., López, M., y Aguilar, L. (2005). La persuasión coercitiva, modelo explicativo del mantenimiento de las mujeres en una situación de violencia de género I: Las estrategias de la violencia. *Revista de la Asociación Española de Neuropsiquiatría*, 25(95), 85-117.
- Expósito, F. (2011). Violencia de género. *Mente y Cerebro*, 48, 20-25. Recuperado de <http://www.investigacionyciencia.es/files/7283.pdf>
- Ferrer, V. (2010). Las creencias y actitudes sobre la violencia contra las mujeres en la pareja. *Informació Psicològica*, (99), 36-52.
- Ferrer, V. y Bosch, E. (2013). Del amor romántico a la violencia de género. Para una coeducación emocional en la agenda educativa. *Profesorado. Revista de Currículum y Formación de Profesorado*, 17(1), 105-122.
- Follingstad, D. R. (2009). The impact of psychological aggression on women's mental health and behavior: The status of the field. *Trauma, Violence, & Abuse*, 10(3), 271-289.
- Graham-Bermann, S. A., y Miller, L. E. (2013). Intervention to Reduce Traumatic Stress Following Intimate Partner Violence: An Efficacy Trial of the Moms' Empowerment Program (MEP). *Psychodynamic Psychiatry*, 41(2), 329-350.
- Hansen, N. B., Eriksen, S. B., y Elklit, A. (2014). Effects of an intervention program for female victims of intimate partner violence on psychological symptoms and perceived social support. *European Journal of Psychotraumatology*, 5(1), 24797.
- Kim, J., y Gray, K. A. (2008). Leave or stay? Battered women's decision after intimate partner violence. *Journal of Interpersonal Violence*, 23(10), 1465-1482.
- Lagarde, M. (1999). Claves feministas para el poderío y la autonomía de las mujeres. *Sevilla: Instituto Andaluz de la Mujer*.
- Ley Andaluza 7/2018, de 30 de julio, por la que se modifica la Ley 13/2007, de 26 de noviembre, de medidas de prevención y protección integral contra la violencia de género.
- LO 1/2004 del 28 de Diciembre, de Medidas de Protección Integral contra la Violencia de Género.
- Matud, M. P. (2004). Impacto de la violencia doméstica en la salud de la mujer maltratada. *Psicothema*, 16(3), 397-401.

- Matud, M. P., Padilla, V., Medina, L., y Fortes, D. (2016). Eficacia de un programa de intervención para mujeres maltratadas por su pareja. *Terapia psicológica*, 34(3), 199-208.
- Mercado-Corona, D., Somarriba-Rocha, L. A., Cuevas-Renaud, C. M., Astudillo-García, C. I., y Sánchez-Estrada, M. (2012). Permanencia femenina en la situación de violencia de pareja: Fortalezas y factores de riesgo. *Revista Latinoamericana de Medicina Conductual/Latin American Journal of Behavioral Medicine*, 2(1), 21-32.
- Ministerio de Sanidad, Servicios Sociales e Igualdad. (2019). Portal Estadístico de la Delegación del Gobierno para la Violencia de Género [Base de datos]. Recuperado el 12 de Junio de 2019, de <http://estadisticasviolenciagenero.msssi.gob.es/>
- Montero, A. (2001). Síndrome de adaptación paradójica a la violencia doméstica: una propuesta teórica. *Clínica y salud*, 12(1), 371-397.
- Muruaga, S. y Pascual, P. (2013). *La Salud mental de las mujeres: La Psicoterapia de Equidad Feminista*. Madrid, España: AMS Asociación de Mujeres para la Salud.
- Nogueiras, Belén (2005). Factores de vulnerabilidad en la violencia contra las mujeres. En Instituto de la Mujer (Ed.). *La atención sociosanitaria ante la violencia contra las mujeres* (pp. 17-24). Madrid, España: Instituto de la Mujer.
- Ocampo, L. E. (2015). Autoestima y adaptación en víctimas de maltrato psicológico por parte de la pareja. *Psicología desde el Caribe*, 32(1), 145-168.
- Ordóñez, B. (2012). ¿Callar o gritar? el dilema de la mujer maltratada: ¡un clamor en el silencio!. *Revista Científica Teorías, Enfoques y Aplicaciones en las Ciencias Sociales*, 5(10), 93-105.
- Organización de las Naciones Unidas (ONU). (1994). *Declaración sobre la eliminación de la violencia contra la mujer* (Res. AG/48/104). Nueva York: Naciones Unidas.
- Organización de Naciones Unidas (ONU). (2006). *Estudio a fondo sobre todas las formas de violencia contra la mujer* (AG 61/122/Add.1). Nueva York: Naciones Unidas.
- Preciado-Gavidía, P. M., Torres-Cendales, N. E., y Rey-Anaconda, C. A. (2010). Mujeres que finalizaron una relación maltratante: características de personalidad, psicopatológicas y sociodemográficas. *Universitas Psychologica*, 11(1), 43-54.

- Prieto, M. C. (2014). Violencia de pareja. Repercusiones en la salud mental de la mujer. *Revista Enfermería CyL*, 6(2), 93-97.
- Ruiz-Pérez, I., Rodríguez-Madrid, N., Plazaola-Castaño, J., Montero-Piñar, I., Escribà-Agüir, V., Márquez-Herrera, N., y Nevot-Cordero, A. (2013). Inhibiting and facilitating factors to end a violent relationship: Patterns of behavior among women in Spain. *Violence and victims*, 28(5), 884-898.
- Sánchez, M. P. (2014). Violencia de género y salud. *La salud de las mujeres* (pp. 77-94). Madrid: Síntesis.
- Sepúlveda, J. (2005). *Estudio de los factores que favorecen la continuidad en el maltrato de la mujer* (Tesis doctoral). Universitat de València, Valencia, España.
- Tenorio, M. (2016). *Variables cognitivas y conductuales que determinan el proceso de cambio y la salida de las situaciones de maltrato psicológico en mujeres* (Tesis doctoral). Universidad Complutense de Madrid, Madrid, España. Recuperado de <https://eprints.ucm.es/38877>.
- Torres, E., y Carro, M. L. (2006). *Violencia de género: reflexiones sobre intervenciones sanitarias y judiciales*. Servicio de Publicaciones.
- Trigo, M. E., Sala, A., y Calderón, M. (2012). Hallazgos fundamentales sobre las renuncias al procedimiento judicial por violencia de género. En Instituto Andaluz de la Mujer. (Ed.), *La renuncia a continuar en el procedimiento judicial en mujeres víctimas de violencia de género: Un estudio en la Comunidad Autónoma Andaluza* (pp. 129-186). Sevilla, España: Instituto Andaluz de la Mujer.
- Zamora, R., Muñoz-Cobos, F., Burgos, M. L., Carrasco, A., Martín, M. L., Ortega, I., ... Villalobos, M. (2012). Modelo de estadios de cambio: compatibilidad con relatos biográficos de mujeres que sufren violencia doméstica. *Anales de Psicología*, 28(3), 805-822.

## Anexos

**Anexo 1. Análisis de publicaciones para Objetivo 1: Identificar los principales factores psicosociales que inciden en la salida de la mujer de la VG.**

Tabla 6

*Del Laberinto Hasta el Camino Hacia la Recuperación de la Violencia (Alencar-Rodrigues y Cantera, 2013).<sup>5</sup>*

Objetivos	(a) Describir el significado del proceso de dejar una relación de maltrato; (b) Analizar los factores que obstaculizan y facilitan el cese o la reducción de la violencia de género en la pareja.
Participantes	No procede.
Diseño y metodología	Revisión bibliográfica.
Resultados	El proceso de reducir la violencia o cesar una relación de maltrato es un proceso largo que requiere una gran preparación por parte de las mujeres. Este proceso se ve facilitado por recursos personales (estrategias de afrontamiento y resiliencia) y por recursos externos (apoyo social, recursos materiales y apoyo institucional). Por el contrario, se ve obstaculizado por factores personales (creencias tradicionales y emociones como la culpa o el miedo), y externos (respuesta negativa de la red social, atención institucional inadecuada o escasez de recursos materiales).
Conclusiones	La recuperación de la mujer tras sufrir VG depende de su posibilidad de contar con recursos externos adecuados y de hacer uso de sus propios recursos personales. El conocimiento y la comprensión de dichos recursos permite la promoción de intervenciones eficaces para el empoderamiento de las mujeres.

*Nota.* Elaboración propia

<sup>5</sup> Pese a que en el título no lo menciona, el estudio se refiere a la violencia de género y no a la violencia en general.

Tabla 7

*Las supervivientes que salieron del infierno. Factores que ayudan a las mujeres a superar la violencia de género en la pareja heterosexual (Aretio, 2015).*

Enfoque teórico	Análisis feminista o perspectiva de género.
Objetivos	(a) Conocer los factores personales y sociales que han facilitado a las mujeres la ruptura de la relación violenta; (b) Identificar los procesos asistenciales que ayudan a las mujeres a romper con la relación y superar la situación con éxito; (c) Evidenciar el protagonismo de las mujeres en el afrontamiento de la violencia y en la demanda al sistema sanitario de otras metodologías de intervención, contribuyendo a superar la imagen de las mujeres como víctimas pasivas.
Participantes	Mujeres que hubieran abandonado la relación de maltrato e iniciado algún cambio positivo en su proceso de recuperación. Se entrevistó a 50 mujeres, de las cuales 7 fueron descartadas del estudio.
Diseño y metodología	Metodología cualitativa. Las técnicas empleadas fueron: la entrevista en profundidad semiestructurada, la entrevista triangular y las dinámicas grupales. El proceso se llevó a cabo en dos fases: (1) escucha individualizada de las mujeres; (2) diálogos grupales.
Resultados	<p>Se identifican los principales factores que interactúan con el empoderamiento personal de la mujer para la ruptura y superación de la relación violenta: el apoyo social y profesional, la autonomía económica, no tener descendientes dependientes, no vivir ninguna situación de vulnerabilidad, el acceso a modelos de feminidad y de pareja igualitarios y un entorno sociocultural que condene la VG.</p> <p>Se demuestra la importancia de la coordinación y la implicación de las y los profesionales sanitarios en el proceso de recuperación, valorando su capacidad de acompañamiento y su atención cálida.</p> <p>Se muestra la diversidad de estrategias y acciones que emprenden las mujeres para superar el maltrato, en contra de los estereotipos de pasividad con los que se las asocia.</p>
Conclusiones	Los resultados ofrecen una visión cronológica de la relación violenta y el protagonismo de la mujer en la misma. Dividen el proceso en dos etapas: la que abarca desde los inicios de la relación violenta hasta el momento de la ruptura y la que ocurre tras la ruptura de la pareja hasta la recuperación. El proceso para la ruptura suele ser lento, largo y doloroso, pasando las mujeres por distintas fases que van desde un desconcierto inicial, al proceso de atribuirse la culpa de la situación, el debilitamiento físico y psíquico y el miedo y el dolor, que suelen ser los que producen que la mujer se plantee la salida y se prepare para la ruptura.

*Nota.* Elaboración propia

Tabla 8

*Inhibiting and Facilitating Factors to End a Violent Relationship: Patterns of Behavior Among Women in Spain (Ruiz-Pérez et al., 2013).*

Objetivos	(a) Explorar los factores que facilitan o inhiben la respuesta de la mujer para romper con la relación de VG; (b) Identificar patrones de comportamiento y acciones dirigidas a solucionar los problemas derivados de la VG en mujeres maltratadas, en base a su percepción de la violencia.
Participantes	34 mujeres españolas de entre 18 y 65 años que habían contactado en Andalucía con el Servicio de Asistencia a Víctimas (SAVA) entre los años 2003 y 2009. Fueron clasificadas atendiendo a varios criterios: (a) edad; (b) menores a su cargo; (c) nivel educativo; (d) estado ocupacional.
Diseño y metodología	Investigación cualitativa. Se realizaron entrevistas semiestructuradas a las mujeres de manera individual y se realizó un análisis de contenido.
Resultados	<p>Se dividieron los resultados en tres categorías: (1) factores inhibidores; (2) factores facilitadores; (3) patrones de comportamiento y acciones de las mujeres para solucionar los problemas derivados de la VG.</p> <p>(1) Entre los factores personales que dificultan el proceso se encuentran sentimientos (miedo, culpa y vergüenza), la negación o normalización del maltrato y las creencias socioculturales tradicionales. Por otro lado, factores obstaculizadores externos serían el desempleo, la falta de apoyo social y la pobre respuesta de las autoridades.</p> <p>(2) Dentro de los factores internos facilitadores destacan: el agotamiento físico y mental, la percepción de riesgo o tener hijos/as pequeños/as que sufren el maltrato. En cuanto a los factores contextuales, encontramos el empleo, la red social de apoyo y el acceso a recursos y servicios.</p> <p>(3) Se han identificado tres patrones de comportamiento: el de las mujeres que inician el proceso con una clara determinación de romper con su pareja, el de las que lo inician pensando que están lidiando con un problema normal de la relación de pareja y el de las que lo inician sin una clara determinación de abandonar a su agresor.</p>
Conclusiones	Saber más sobre la forma en que las mujeres perciben la violencia, sus modos de afrontarla y las barreras que experimentan al intentar abandonar la relación, permite ayudar a los y las profesionales a prestar una ayuda adecuada a las mujeres en su proceso de salida de la VG.

*Nota.* Elaboración propia

Tabla 9

*Modelo de estadios de cambio: compatibilidad con relatos biográficos de mujeres que sufren violencia doméstica (Zamora et al., 2012).*

Enfoque teórico	Modelo de Estadios de Cambio (Prochaska et al., 1992), extendido al análisis de la VG (Burke, Gielen, McDonnell, O'Campo y Maman, 2001; Frasier, Kowlowitz y Glowa, 2001).
Objetivos	Analizar el ajuste de las vivencias de las mujeres que sufren VG al Modelo de Cambio o Transteórico de Prochaska y Di Clemente, estableciendo las fases que atraviesa la mujer en la salida de la relación.
Participantes	35 mujeres que sufren violencia de género y reconocen el maltrato, detectadas en atención primaria.
Diseño y metodología	Investigación cualitativa. Se empleó la técnica de Relato Biográfico mediante entrevista y se realizó el análisis de contenido de la información transcrita, según las fases del Modelo Transteórico.
Resultados	Las principales características de cada fase son: la ceguera e inexplicabilidad en la fase precontemplativa; el análisis de los pros y contras en la contemplativa; la dificultad en la toma de decisiones en la de acción; el sufrimiento y la lucha por salir adelante en la de mantenimiento y la determinación y la capacidad de análisis en la fase de finalización.
Conclusiones	El proceso descrito en el Modelo Transteórico de Prochaska y Di Clemente se puede adaptar a los relatos de las mujeres que sufren o han sufrido VG. Las fases que más énfasis reciben por parte de estas mujeres son la precontemplativa, la contemplativa y la de mantenimiento, mientras que la de acción muestra poca relevancia. El análisis de sus vivencias ofrece claves para orientar la intervención profesional en base al estadio de cambio en que se encuentre la mujer.

*Nota.* Elaboración propia



Tabla 10

*Permanencia femenina en la situación de violencia de pareja: fortalezas y factores de riesgo (Mercado-Corona, Somarriba-Rocha, Cuevas-Renaud, Astudillo-García y Sánchez-Estrada, 2012).<sup>6</sup>*

Objetivos	(a) Identificar las variables individuales de tipo emocional y cognoscitivo y la percepción de apoyos que tienen las mujeres maltratadas que influyen en que salgan o permanezcan en la relación de violencia. (b) Desarrollar un instrumento para medir estas variables.
Participantes	441 mujeres que asistían a centros de apoyo para mujeres maltratadas en la Ciudad de México. En el momento del estudio la mayoría se encontraban en tratamiento psicológico, en distintas fases del proceso de afrontamiento de la violencia. La mitad de ellas vivía con el agresor, otras ya habían abandonado la relación y otras lo habían intentado y regresaron con el maltratador.
Diseño y metodología	Investigación psicométrica. Diseño exploratorio, correlacional y de campo. Se construyó una escala para medir variables relacionadas con permanecer y con salir de la VG. La escala se sometió a prueba con sujetos con características socioeconómicas semejantes a las de las mujeres de la muestra y para evaluar la validez teórica se pidió a expertos/as que trabajaban con mujeres que evaluaran la pertinencia de los reactivos utilizados.
Resultados	La variable encontrada asociada al abandono de la relación fue actitud positiva (fortaleza psicológica, autoconfianza, aspiraciones a una nueva vida). Las asociadas a la permanencia en la situación fueron: apego paradójico, miedo y culpa, pseudo responsabilidad (sentimiento de responsabilidad irracional sobre el bienestar de la pareja), rol tradicional femenino y dependencia emocional y social. La escala elaborada mostró validez teórica, factorial, de criterio y confiabilidad. Quedó compuesta por 45 reactivos agrupados en 6 factores: (1) actitud positiva; (2) apego paradójico; (3) miedo y culpa; (4) pseudo responsabilidad; (5) rol tradicional femenino; (6) dependencia emocional y social.
Conclusiones	Los resultados del estudio indican los aspectos que deberían fortalecerse en la elaboración de políticas públicas y los programas de apoyo a las víctimas. De acuerdo a los resultados obtenidos, en la salida de la violencia es necesario que las mujeres tengan una actitud positiva y rechacen las creencias, actitudes y costumbres negativas que son factores de riesgo. El disponer de un instrumento para medir estos factores ayudará en el estudio de la permanencia y la salida de violencia de género en la pareja, indicando aquellos aspectos que deben fortalecerse.

*Nota.* Elaboración propia

<sup>6</sup> Pese a que el estudio lo denomina “permanencia femenina”, creo necesario reflexionar sobre el término “femenino” que se emplea, pues como he expuesto en este trabajo, lo femenino es aquello asociado culturalmente a la mujer, lo que se espera de ella. Por tanto, considero más adecuado hablar de la mujer y no de lo femenino.

Tabla 11

*Mujeres que finalizaron una relación maltratante: características de personalidad, psicopatológicas y sociodemográficas (Preciado-Gavidia, Torres-Cendales y Rey-Anacona, 2010).*

Objetivos	Explorar las características de personalidad, psicopatológicas y sociodemográficas de un grupo de mujeres que abandonaron una relación de maltrato.
Participantes	95 mujeres víctimas de VG de entre 18 y 60 años, la mayoría empleadas, con nivel educativo y socioeconómico bajo. 54 de ellas habían finalizado la relación hacía 9 meses o más, mientras que las demás continuaban con el agresor.
Diseño y metodología	<p>Diseño de casos y controles de naturaleza no experimental, transversal, descriptiva y comparativa. Se dividió a la muestra en dos grupos: (1) grupo control, formado por aquellas que continuaron en la relación de maltrato; (2) grupo experimental, compuesto por las que finalizaron la relación.</p> <p>Los instrumentos empleados fueron: una ficha sociodemográfica, el Cuestionario de informe sobre incidentes de violencia conyugal (Rey-Anacona, 2008), el Big Five Questionnaire (Caparra et al., 1995) y el Mini International Neuropsychiatric Interview (Sheehan y Lecrubier, 2000).</p>
Resultados	Las participantes que finalizaron la relación obtuvieron mayores puntuaciones en afabilidad, estabilidad emocional y apertura mental; un menor número de hijos o hijas; mayor búsqueda de ayuda institucional tras los episodios de violencia; y una prevalencia menor de episodio depresivo mayor, distimia, riesgo suicida leve, trastorno de angustia, agorafobia y trastorno de ansiedad generalizada.
Conclusiones	Un perfil de mujeres que finalizan la relación de maltrato podría ser: mujeres con pocos hijos/as que buscan ayuda en instituciones, que presentan características personales de tipo altruista y comprensión de los problemas y mayor control de las emociones, junto con una mayor capacidad de responder ante situaciones de conflicto y peligro, además de contar con flexibilidad de pensamiento y apertura a nuevas experiencias. Asimismo, no presentarían sintomatología ansiosa o depresiva clínicamente significativa.

*Nota.* Elaboración propia

Tabla 12

*Identifying Factors that Contribute to Staying or Leaving a Violent Relationship (Cuff, 2016).*

Objetivos	Identificar el papel de los factores externos e internos en la decisión de la mujer víctima de VG de quedarse o abandonar la relación de pareja.
Participantes	62 mujeres de un centro de asistencia a víctimas de VG en California.
Diseño y metodología	Metodología cuantitativa. Diseño post hoc. Los instrumentos empleados fueron: el MMPI-2, el Experiences in Close Relationships (ECR-R) y una entrevista inicial. Se identificaron dos grupos de mujeres: (1) el de aquellas que abandonaron al maltratador durante 6 meses o más; (2) el de las que no lo abandonaron o lo hicieron por menos de 6 meses. Se compararon los dos grupos empleando como variables moderadoras el apego ansioso y evitativo y una serie de síntomas psicológicos.
Resultados	Se encontró que factores como el estar casada con el agresor, la esperanza de un cambio en su conducta, las creencias tradicionales sobre la familia, el estilo de apego ansioso, las conductas adictivas y los problemas de salud mental eran más prevalentes en el grupo de aquellas que no habían abandonado al maltratador.
Conclusiones	Esta investigación contribuye a aumentar el conocimiento de los factores que influyen en el porqué algunas mujeres maltratadas abandonan la relación mientras que otras no lo hacen.

*Nota.* Elaboración propia

**Anexo 2. Análisis de publicaciones para el Objetivo 2: Describir las fases que atraviesa la mujer desde la experiencia de VG hasta su fortalecimiento.**

Tabla 13

*Variables cognitivas y conductuales que determinan el proceso de cambio y la salida de las situaciones de maltrato psicológico en mujeres (Tenorio, 2016).*

Enfoque teórico	Modelo Transteórico de Cambio (TTM) de Prochaska y DiClemente (1984) adaptado a la VG (Brown, 1999).
Objetivos	(a) Describir y comparar variables psicológicas, cognitivas y afectivas de mujeres víctimas de maltrato psicológico en base a la etapa del TTM en la que se encuentren; (b) Describir y comparar las variables psicopatológicas de la muestra en función de la etapa de cambio; (c) Describir y comparar la conducta de las mujeres según la etapa de cambio; (d) Analizar las relaciones predictivas de las fases del proceso de cambio partiendo de variables cognitivas, afectivas, de vinculación interpersonal y de psicopatología; (e) Comparar variables cognitivas de las mujeres en función de la etapa del TTM que atraviesen.
Participantes	46 mujeres víctimas de VG de una edad media de 36 años. Más de la mitad eran mujeres solteras, seguidas de mujeres casadas o divorciadas, y una minoría de viudas. La mayoría de ellas tenía un alto nivel educativo (universitario o de postgrado).
Diseño y metodología	Diseño descriptivo y correlacional-comparativo, de carácter predictivo y transversal. Se evaluará en una sola ocasión a todas las participantes. Se crearon dos grupos en base a las etapas del proceso en las que se encontraban, evaluadas mediante la escala PROCAWS (Brown, 1993): (1) grupo precontemplación/contemplación, que incluía las fases de precontemplación, contemplación y esperanza de que él cambie; (2) grupo acción/autonomía del self, que englobaba las fases de autonomía del self y de acción.
Resultados	Las mujeres del segundo grupo presentan menos alteraciones psicopatológicas, menor sufrimiento, una autoestima más elevada y un estilo de apego más seguro y saludable, con un mayor nivel de regulación emocional. Por el contrario, las del primero presentan más síntomas psicopatológicos, una autoestima deteriorada y un estilo de vinculación más desadaptativo y dependiente. Respecto a los motivos que retienen a las mujeres en la relación de maltrato, las del grupo precontemplación/contemplación hacen referencia a las variables: “necesidades de los niños”, “problemas financieros” y “miedo al qué dirán”.
Conclusiones	Mediante los resultados obtenidos en las variables de este estudio es posible predecir la fase del proceso de cambio en la que se encuentra la mujer, lo que podría permitir el diseño de tratamientos más adaptados a las necesidades y características de las víctimas, que difieren según el momento del proceso que atraviesen.

*Nota.* Elaboración propia

Tabla 14

*Women survivors of intimate partner violence: the difficult transition to Independence (Da Cruz, 2012).*

Enfoque teórico	Enfoque feminista.
Objetivos	(a) Conocer la trayectoria que recorren las mujeres desde la entrada hasta la salida de las relaciones de maltrato. (b) Identificar las fases del proceso de transición.
Participantes	28 mujeres que sobrevivieron a la VG. Todas eran de nacionalidad portuguesa y la mayoría vivían en entornos urbanos, vivían separadas de su agresor y tenían edades comprendidas entre 23 y 62 años, siendo la media de 42.
Diseño y metodología	Metodología cualitativa. Se emplearon entrevistas semiestructuradas. La metodología sigue un paradigma constructivista (Teoría Fundamentada).
Resultados	El proceso de salida de la mujer de la relación de maltrato requiere una gran fortaleza y coraje por parte de ésta y se compone de cuatro fases: (1) entrada; (2) manutención; (3) toma de decisión de salir; (4) (re)equilibrio. Este proceso está dirigido a lograr la autodeterminación.
Conclusiones	El proceso de salida de la VG es un proceso no lineal compuesto de cuatro fases y dirigido a alcanzar la autodeterminación. Para ello, la mujer se apoya en tres pilares fundamentales: el deseo de ser libre, de encontrar un significado a su vida y de (re)construir su identidad.

*Nota.* Elaboración propia

Tabla 15

*Post-Abuse Boundary Renegotiation: Healing and Reclaiming Self After Intimate Partner Violence (Czerny, Lassister y Lim, 2018).*

Enfoque teórico	Enfoque Feminista.
Objetivos	Explorar la influencia de la renegociación de límites en el proceso de recuperación de las mujeres supervivientes de VG.
Participantes	Diez mujeres supervivientes de VG que en el momento de la entrevista vivían libres de violencia.
Diseño y metodología	Metodología cualitativa. Se emplearon entrevistas en profundidad. Se basó la metodología en la Teoría Fundamentada.
Resultados	Se identificaron cinco fases del proceso de renegociación de límites: (1) yo anterior: falta de conciencia de límites; (2) maltrato: pérdida de límites y de la individualidad; (3) abandono: establecimiento de un claro límite físico; (4) implementación de límites firmes y de seguridad y (5) demostración de flexibilidad y sinceridad.
Conclusiones	El movimiento del yo anterior al yo víctima, caracterizado por una pérdida de la identidad, y al yo superviviente, caracterizado por la recuperación de la individualidad, mejoró gracias a la renegociación de límites. Este estudio demuestra que las mujeres supervivientes de VG son capaces de crear un espacio necesario para su recuperación, aumentando su confianza en sí mismas y recuperando su identidad a través de la renegociación de límites.

*Nota.* Elaboración propia

**Anexo 3. Análisis de publicaciones para el Objetivo 3: Identificar las intervenciones psicológicas para la recuperación de las mujeres víctimas de VG.**

Tabla 16

*Individual versus individual and group therapy regarding a cognitive-behavioral treatment for battered women in a community setting (Echeburúa, Sarasua y Zubizarreta, 2014).*

Antecedentes teóricos	Enfoque cognitivo-conductual.
Objetivos	(a) Analizar una terapia multimodal cognitivo-conductual en mujeres maltratadas que viven solas en un entorno comunitario; (b) Comprobar si la eficacia de la terapia individual mejora si se combina con una terapia grupal.
Participantes	116 mujeres víctimas de VG que buscaron tratamiento psicológico en un centro para mujeres en Álava. Todas tenían entre 18 y 65 años, estaban en tratamiento psicológico, habían abandonado la convivencia con el agresor y no sufrían ningún trastorno mental severo.
Diseño y metodología	Diseño experimental de dos grupos equivalentes: (a) mujeres que recibieron tratamiento combinado individual y grupal (57 mujeres); (b) mujeres que recibieron tratamiento individual (59 mujeres). Se aplicó a cada grupo la modalidad de tratamiento correspondiente. Ambas constaban de 17 sesiones semanales divididas en cinco fases: (1) facilitar la expresión de emociones y la identificación de pensamientos y emociones; (2) psicoeducación sobre las reacciones postraumáticas habituales y el ciclo de la violencia; (3) re-exposición al trauma y manejo del estrés e intervención cognitiva; (4) desarrollo de estrategias de afrontamiento tras la salida del maltrato; (5) entrenamiento de estrategias y habilidades para afrontar su nueva situación. En el grupo de tratamiento combinado, las fases 1, 2 y 4 se realizaban de manera individual y el resto en sesiones grupales de cuatro a seis pacientes. Se realizaron evaluaciones pre-tratamiento y post-tratamiento y cuatro sesiones de seguimiento (al mes y a los tres, seis y doce meses).
Resultados	El programa de tratamiento en sus dos modalidades se mostró efectivo, manteniéndose las mejoras tras un seguimiento de doce meses. No obstante, el grupo de tratamiento combinado obtuvo una mejoría mayor que el de tratamiento individual en los síntomas postraumáticos y la adaptación a la vida diaria.
Conclusiones	El programa cognitivo-conductual planteado es efectivo para mujeres en entornos comunitarios. Pese a que el formato combinado obtuvo un mejor resultado, el mejor abordaje terapéutico será aquel que se adapte a las características personales de cada mujer, pues no para todas ellas es más efectiva la misma modalidad.

*Nota.* Elaboración propia

Tabla 17

*Effects of an intervention program for female victims of intimate partner violence on psychological symptoms and perceived social support (Hansen, Eriksen y Elklit, 2014).*

Antecedentes teóricos	El programa elaborado se basa en el trabajo de Mendelsohn et al. (2011), que elaboraron un programa grupal de intervención para adultos expuestos a situaciones traumáticas llamado The Trauma Recovery Group (TGR).
Objetivos	Examinar los efectos de un programa de intervención de tres fases sobre los síntomas psicológicos (estrés postraumático, ansiedad y depresión) y la percepción de apoyo social en mujeres víctimas de VG.
Participantes	La muestra inicial fueron 212 mujeres víctimas de VG en contacto con una organización de apoyo a mujeres maltratadas y a sus hijas/os. Todas ellas habían abandonado al agresor, habían expresado el deseo de iniciar una vida fuera de la relación violenta y tenían al menos un hijo/a menor de doce años. 75 de las mujeres abandonaron el programa antes de que empezara y 67 lo hicieron durante el curso del tratamiento.
Diseño y metodología	<p>Diseño pretest-postest. Se midieron con distintas escalas los niveles de ansiedad, depresión, estrés postraumático y apoyo social percibido tanto al inicio como al final de la intervención.</p> <p>El programa aplicado constaba de tres fases: (1) <i>estabilización</i>, en la que se trabajan los síntomas psicológicos y se intenta proporcionar estabilidad socioeconómica, así como seguridad física y apoyo legal a ella y a sus hijos/as; (2) <i>tratamiento</i>, de tipo individual o grupal; (3) <i>seguimiento</i>, dirigida al mantenimiento de los cambios y al apoyo de las mujeres en su nueva vida.</p>
Resultados	El programa de intervención tuvo un importante efecto en la reducción de los síntomas psicológicos y el aumento de apoyo social percibido, lográndose mejoras con cada una de las tres fases.
Conclusiones	Los programas de tratamiento diseñados específicamente para mujeres maltratadas son efectivos en la reducción de las consecuencias de la VG. Futuras investigaciones deberían estudiar qué tipos de programas de intervención resultan más eficaces para paliar las consecuencias del maltrato en las mujeres,

*Nota.* Elaboración propia



Tabla 18

*Intervention to Reduce Traumatic Stress Following Intimate Partner Violence: An Efficacy Trial of the Mom's Empowerment Program (MEP) (Graham-Bermann y Miller, 2013).*

Antecedentes teóricos	<p>Teoría del trauma aplicada a la VG. Defiende que las mujeres expuestas a eventos traumáticos como la VG desarrollan síntomas de estrés postraumático que interfieren en su funcionamiento.</p> <p>El programa elaborado (Mom's Empowerment Program) se basa en la Teoría Interpersonal de Sullivan (1953).</p>
Objetivos	<p>Evaluar los síntomas traumáticos de mujeres víctimas de VG y valorar si su participación en un programa de intervención grupal basado en la comunidad reduce significativamente los síntomas.</p>
Participantes	<p>221 mujeres que habían sufrido VG en forma de agresión física en el último año y 181 de sus hijos e hijas de entre 6 y 12 años.</p>
Diseño y metodología	<p>Se realizó una entrevista a las mujeres para establecer la línea base y después se dividió a la muestra en tres condiciones: (1) intervención de madres e hijos/as (M+C); (2) intervención solo a los hijos/as (CO); (3) grupo de comparación (CG). Se empleó un procedimiento de asignación secuencial. Los grupos de la condición M+C estaban compuestos de 8-10 mujeres que se reunían en sesiones de una hora una vez a la semana durante diez semanas. La intervención realizada (Mom's Empowerment Program) empleaba la terapia grupal como método para establecer relaciones interpersonales con una función tanto educativa como reparativa de los síntomas de estrés postraumático derivados de la VG.</p>
Resultados	<p>Hubo una importante reducción de los síntomas de estrés postraumático de las mujeres en las tres condiciones, siendo esta mejora mucho mayor en el grupo de la condición M+C.</p>
Conclusiones	<p>El Mom's Empowerment Program resulta eficaz para el tratamiento de los síntomas postraumáticos en mujeres víctimas de VG. No obstante, se ha demostrado que muchas mujeres son capaces de desarrollar por sí mismas estrategias de afrontamiento de los síntomas, lo que explicaría la mejora de las mujeres de la condición CG.</p>

*Nota.* Elaboración propia

Tabla 19

*Eficacia de un programa de intervención para mujeres maltratadas por su pareja (Matud, Padilla, Medina y Fortes, 2016).*

Antecedentes teóricos	Los objetivos del programa se basan en las propuestas de Dutton (1992) y Walker (1994). El programa emplea tanto técnicas cognitivo-conductuales, como principios y estrategias de la psicología positiva.
Objetivos	Analizar la eficacia de un tratamiento psicológico para mujeres maltratadas.
Participantes	107 mujeres maltratadas de entre 23 y 64 años, con una edad media de 40 y distintas características sociodemográficas. Todas ellas eran usuarias de servicios públicos para víctimas de VG.
Diseño y metodología	<p>Diseño cuasiexperimental con dos grupos independientes (intervención y control) y medidas repetidas (pre-tratamiento, post-tratamiento y seguimientos a los tres y seis meses de la intervención).</p> <p>El programa de tratamiento implementado al grupo de intervención fue el de la guía de Matud et al. (2005), que consta de estos componentes: (1) psicoeducación en género y VG; (2) estrategias y técnicas para reducir y/o eliminar los síntomas; (3) estrategias y técnicas para aumentar su autoestima y seguridad; (4) fomentar habilidades sociales y de comunicación; (5) entrenamiento en solución de problemas.</p>
Resultados	Las mujeres del grupo que recibió intervención mostraron disminuciones significativas en la sintomatología de estrés postraumático (reexperimentación, evitación y aumento de la activación), en la sintomatología depresiva y en la ansiedad. además, aumentó su autoestima y su apoyo social, manteniéndose la mejora en los seguimientos realizados. Por el contrario, no se observaron mejoras en el grupo control, que no recibió el tratamiento, sino únicamente el apoyo de los servicios públicos.
Conclusiones	La guía de tratamiento grupal de Matud et al. (2005) resulta efectiva para el tratamiento de la salud mental de las mujeres víctimas de VG.

*Nota.* Elaboración propia